

Ralph Uhlig

Christliche Spiritualität als Ressource
im Coaching

MASTERARBEIT
in
Religion und Psychotherapie

Evangelische Hochschule Tabor

Dozent: Dipl.-Psych. Doris Möser-Schmidt

Abgabetermin: 23.06.2014

Sommersemester 2014

Inhaltsverzeichnis

Abstract	5
1. Einleitung	6
2. Christliche Spiritualität	11
2.1 Einleitung	11
2.2 Ein Offenbarungsgeschehen	13
2.3 Ein Erfahrungsgeschehen	16
2.4 Ein Beziehungsgeschehen	19
2.4.1 Beziehungsgeschehen zwischen Mensch und Gott	20
2.4.2 Beziehungsgeschehen des Menschen zum Menschen	23
2.4.3 Die Selbstbeziehung des Menschen	24
2.5 Eine Beziehungsgestaltung	25
2.5.1 Gestaltung der Beziehung des Menschen zu Gott	26
2.5.2 Gestaltung der Beziehung des Menschen zum Menschen und der Welt	28
2.5.3 Gestaltung der Selbstbeziehung zum Menschen	28
2.6 Ein Prozessgeschehen	29
2.7 Definition	30
2.8 Ressourcen christlicher Spiritualität	31
3. Coaching	34
3.1 Einleitung	34
3.2 Begriffsbestimmung	35
3.3 Aufgaben des Coaches	37
3.4 Phasen des Coaching	38
3.5 Wirkfaktoren im Coaching	39
3.6 Zusammenfassung	41
4. Ansätze der Psychotherapie mit Spiritualität	41
4.1 Einleitung	41

4.2	Therapeutische Ansätze	43
4.2.1	Die Logotherapie von Viktor E. Frankl	43
4.2.1.1	Einführung	43
4.2.1.2	Anthropologische Grundannahmen	44
4.2.2	Das Wachstumsmodell von Virginia Satir	48
4.2.2.1	Einleitung	48
4.2.2.2	Das Menschenbild und die Philosophie Virginia Satirs ...	49
4.3	Zusammenfassung	51
4.4	Die Beziehung von Spiritualität und christlicher Spiritualität	52
5.	Christliche Spiritualität als Ressource im Coaching	54
5.1	Einleitung	54
5.1.1	Psychotherapie und Coaching	55
5.1.1.1	Die Bedeutung von Spiritualität	55
5.1.1.2	Spiritualität als Gegenstand vs. Standort	56
5.1.2	Sichtweisen auf Spiritualität	57
5.1.2.1	Spiritualität substanziell vs. funktional	57
5.1.2.2	Spiritualität intrinsisch vs. extrinsisch	57
5.1.3	Die Funktionalisierung christlicher Spiritualität im Coaching	58
5.1.4	Zielsetzung von Coaching und christlicher Spiritualität	60
5.2	Die Dimension des Seins	61
5.2.1	Religionsethnologie	62
5.2.2	Religionswissenschaft	63
5.2.3	Theologie	63
5.2.4	Spiritualität als anthropologische Konstante	64
5.2.5	Neuer Aufbruch in der Postmoderne	65
5.2.6	Bedeutung für das Coaching	66
5.2.6.1	Wahrnehmen und Akzeptieren von Spiritualität	66
5.2.6.2	Spiritualität als Teil des Coachingprozesses	66
5.2.7	Zusammenfassung	67
5.3	Die Dimension der Ethik	68
5.3.1	Einleitung	68

5.3.2	Beschäftigungshorizont der Ethik	70
5.3.3	Theologische Ethik	71
5.3.4	Ethik im Coaching	73
5.3.4.1	Die Interaktionsebene von Coach und Klient	73
5.3.4.2	Die Interaktionsebene des Klienten und seiner Interaktionspartner	75
5.3.5	Ethische Standards im Coaching	75
5.3.6	Mehrwert christlicher Spiritualität für die Ethik im Coaching ...	75
5.3.6.1	Eine ganzheitliche Sicht des Menschen mit Einbezug dessen transzendenter Relation	76
5.3.6.2	Eine Quelle der Orientierung für das Gute	76
5.3.6.3	Die Würde des Menschen	77
5.3.7	Zusammenfassung	79
5.4	Die Dimension von Gesundheit und Prävention	79
5.4.1	Einleitung	79
5.4.2	Befunde aus der Forschung zur Spiritualität und Gesundheit	82
5.4.3	Erklärungsansätze zum Einfluss von Religiosität und Spiritualität auf das physische und psychische Wohlbefinden	84
5.4.3.1	Der Einfluss und die Wichtigkeit der metaphysischen Weltsicht	84
5.4.3.2	Erklärungsansatz für den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das psychische Wohlbefinden	86
5.4.3.3	Erklärungsansatz für den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das physische Wohlbefinden	92
5.4.4	Ergebnissicherung	93
6.	Zusammenfassung, Diskussion und Ausblick	95
	Literaturverzeichnis	106

Abstract

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit der Frage, in welcher Weise christliche Spiritualität als Ressource zu verstehen ist und weshalb sie in einen Coachingprozess thematisiert und einbezogen werden sollte. Sie leistet einen Beitrag, sich den Zusammenhängen von Spiritualität und Coaching weiter zu öffnen, als dies bisher der Fall ist. Die menschliche Spiritualität und besonders auch die christliche Spiritualität ist ein immer noch größtenteils unberücksichtigter Faktor in der medizinischen, therapeutischen und beraterischen Praxis.

Nach einer zusammenfassenden Darstellung christlicher Spiritualität und eines professionellen Coaching werden zwei psychotherapeutische Ansätze in ihren anthropologischen Verständnissen vorgestellt. Sie geben ein hilfreiches Beispiel für die Integration von Spiritualität in das Menschenbild und den daraus folgenden therapeutischen Prozess.

Im Hauptteil der Arbeit werden drei unterschiedliche Räume (Dimensionen) vorgestellt, die inhaltlich den Einbezug christlicher Spiritualität im Coaching begründen. Zu ihnen gehören die Dimension des menschlichen Seins, die Dimension der Ethik und die gesundheitliche und präventive Dimension. Des Weiteren werden Aspekte aufgegriffen, die im Zusammenhang der Fragestellung dieser Arbeit stehen. Hierzu gehören das Verhältnis von Coaching und Psychotherapie zur Spiritualität, die Betrachtungsweisen von Spiritualität, die Frage nach der Funktionalisierung von christlicher Spiritualität und die Zielsetzungen von Spiritualität und Coaching. Den Abschluss der Arbeit bildet eine Zusammenfassung der Ergebnisse sowie deren Diskussion.

„Ehe wir die spirituelle Dimension an die Psychotherapie adressieren, müssen wir sie verstehen [...]. Mit dem Verstehen ist die halbe Arbeit getan, Spiritualität in der Psychotherapie zu integrieren. Eine klare Perspektive in Bezug auf die Spiritualität ist das Fundament zur Feststellung und Behandlung der Klienten.“¹
(Kenneth Pargament)

1. Einleitung

Das Thema dieser Arbeit ist das Ergebnis aus persönlichen Interessen, Beobachtungen und gesellschaftlichen Dispositionen.

Als Theologe habe ich eine persönliche Beziehung zur christlichen Spiritualität. Sie ist ein zentraler und prägender Teil meines Lebens. Daher gehört sie für mich in alle Lebens-, Handlungs- und Reflexionsbereiche meines menschlichen Daseins hinein.

Auch habe ich viele der ihr eigenen Ressourcen in unterschiedlichen Lebenskontexten kennen und schätzen gelernt.

In den vergangenen Jahren absolvierte ich eine Weiterbildung zum Coach und bin Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Coaching (DGfC). Die Freude am Coaching und die Erfahrung, durch diese Art von Beratung Menschen eine Hilfestellung in unterschiedlichen Herausforderungen geben zu können, unterstützte den Gedanken, Coaching und christliche Spiritualität in einen thematischen Zusammenhang zu setzen.

Weitere Impulse für diese Arbeit erhielt ich im Masterstudiengang „Religion und Psychotherapie“ an der Evangelischen Hochschule Tabor. Dort wurde ich mit der wachsenden Forschung zu Fragen der Religiosität und Spiritualität in Beziehung zur Gesundheit vertraut gemacht.

Spiritualität wurde innerhalb der letzten 20 Jahre in vielen Bereichen der Medizin und auch in Teilen der Psychotherapie immer mehr als eine Ressource für die Gesundheit wahrgenommen und findet heute erste zaghafte Berücksichtigungen. Diese Entwicklung steht im Zusammenhang mit einer wachsenden Nachfrage erfahrungsbezogener Spiritualität in unserer Gesellschaft bei gleichzeitigem Rückgang traditioneller kirchlicher Religiosität.²

¹ Pargament, *Spirituality integrated psychotherapy*, 201.

² Vgl. Pollack, *Säkularisierung*, 132ff.

Auch im Coaching findet diese Entwicklung - wenn auch nur sehr schwach, dennoch zunehmend - ihren Niederschlag. Erfahrene Coaches berichten von einer Zunahme an Fragestellungen jenseits funktioneller Aspekte von professionellen Tätigkeiten und Rollen. Zu ihnen gehören Fragen nach Sinnzusammenhängen, Werten, Lebenszielen und Berufungen in einem größeren Zusammenhang.³

In vielen Fachpublikationen zu Coaching/ Beratung und Spiritualität wird in aller Regel ein weit gefasster Spiritualitätsbegriff verwendet. Der Bezugspunkt dieser Art von Spiritualität ist meist unpersönlicher Natur. Auch der westlichen Kultur angepasste buddhistisch-spirituelle Formen der Mediation wurden im Kontext von Coping und Entspannung in Beratung und Therapie aufgenommen. Die christliche Spiritualität ist kaum im Blickfeld, was sicherlich auch bedingt mit der Abkehr aus der traditionellen Religiosität und vielen Vorbehalten zu tun hat.

Auf diesen Hintergründen ist die Idee erwachsen, das vorliegende Thema zu erarbeiten, dessen Ergebnis mit dieser Arbeit nun vorliegt. Die Thematik ist längst nicht abgeschlossen. Sie gibt aber hilfreiche Impulse, die zu einer weiteren Bearbeitung und Forschung anregen sollen.

Die Auseinandersetzung mit der menschlichen Spiritualität und speziell mit der christlichen Spiritualität in Zusammenhang von Coaching und Beratung ist wichtig, weil Spiritualität ein natürlicher und normaler Teil des menschlichen Lebens ist.⁴ Der Mensch fragt nach seinem Woher, Wozu und Wohin. Er ist auf der Suche nach seinem Heil.⁵ Spiritualität ist ein ontologisches Merkmal menschlichen Seins. Auf diesem Hintergrund trägt Spiritualität zu einem vollständigeren Erfassen der menschlichen Kräfte und Schwächen bei.⁶ Um Menschen in ihrer ganzen Person gerecht zu werden, ist der transzendente Bezug notwendig. Ein Coaching, das von einer ganzheitlichen Sicht des Menschen spricht, bedarf auch des Einbezugs der transzendenten Ebene des menschlichen Seins. Spiritualität kann eine Ressource

³ Vgl. Hänsel, Die Spirituelle Dimension, 28.

⁴ Vgl. Pargament, Spirituality integrates psychotherapy, 343.

⁵ Vgl. Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 95.

⁶ Vgl. Pargament, Spirituality integrates psychotherapy, 343.

darstellen, die von enormer Tragkraft sein kann. Sie ungenutzt zu lassen, wäre ein Verlust. Spiritualität kann aber auch ein Teil des Problems darstellen, daher kann dessen Bearbeitung zur Lösung beitragen.⁷

Auf Basis der vorangestellten Hintergründe, Beobachtungen und Tatsachen möchte ich in dieser Arbeit der Frage nachgehen, in welcher Weise christliche Spiritualität als Ressource zu verstehen ist und weshalb sie in einem Coachingprozess thematisiert und einbezogen werden sollte. Die Frage nach der Spiritualität grenze ich ein und setze mich ausschließlich mit der christlichen Spiritualität im Coaching auseinander. Die Abgrenzung geschieht aus drei Gründen heraus. Erstens gibt es sehr unterschiedliche Spiritualitäten, die inhaltlich weit von einander entfernt sind. Sie alle in diese Arbeit einzubeziehen würde den Rahmen der Arbeit sprengen. Zweitens ist die christliche Spiritualität jene Spiritualität, die unseren Kulturkreis durch die letzten Jahrhunderte bis in die Postmoderne hinein am Nachhaltigsten positiv geprägt hat. In ihr sind Schätze zu finden, die nirgends anders zu finden sind und die unsere Gesellschaft und die Menschen unserer Zeit benötigen. Schließlich ist sie auch die Spiritualität, der ich persönlich und als Theologe am stärksten verbunden bin.

Um der Fragestellung nachzugehen, wende ich mich zu Beginn der christlichen Spiritualität zu. Mein Anliegen ist es, in einer komprimierter Weise den Kern christlicher Spiritualität darzustellen. Dazu werde ich entlang verschiedener Begriffe das Thema entfalten und mit einer Begriffsdefinition zusammenfassend abschließen. Am Ende des Kapitels werde ich aus dem Gesagten mögliche Ressourcen der christlichen Spiritualität aufzeigen, an die in einem Coachingprozess angeknüpft werden können.

In Anschluss daran wende ich mich dem Coaching zu. In einem zusammenfassenden Überblick werde ich die gegenwärtige Situation des Coaching skizzieren, den Begriff des Coaching definieren, die Kernaufgaben des Coaches darlegen, die Phasen des Coaching als auch dessen Wirkprinzipien benennen. Im Zentrum meiner

⁷ Vg. A.a.O., 10ff.

Darstellungen liegen die Grundlagen des Coaching und dessen wichtigsten Bestandteile. Sie bilden den Kern eines Coachingprozesses und können in der Praxis sehr unterschiedlich ausgestaltet sein.

Nach diesen beiden Darstellungen lege ich mein Augenmerk auf zwei Ansätze aus der Psychotherapie, die den transzendenten Aspekt menschlichen Daseins berücksichtigen. Sie zeigen beispielhaft eine förderliche Beziehung zwischen psychologischen Ansätzen und einem Gebiet, das eher in der Theologie oder Philosophie wiederzufinden ist. Des Weiteren geben sie wichtige Impulse für das Coaching im westeuropäischen Kontext, um sich dieser Thematik in konstruktiver und seriöser Weise zu öffnen.

Inhaltlich wende ich mich in diesem Kapitel nach einer Einleitung den anthropologischen Verständnissen der therapeutischen Ansätze von Viktor E. Frankl und Virginia Satir zu. Sie geben ein hilfreiches Beispiel für die Integration von Spiritualität in das Menschenbild und den daraus folgenden therapeutischen Prozess. Nach einer Zusammenfassung widme ich mich am Ende des Kapitels der Frage, nach der Beziehung zwischen christlicher Spiritualität und dem Verständnis von Spiritualität aus den therapeutischen Ansätzen.

Mit den drei ersten Kapiteln gewinnen wir einen Überblick zu den Fachbereichen meines Themas und beantworten den ersten Teil meiner Fragestellung, in welcher Weise christliche Spiritualität als Ressource verstanden werden kann.

Im Hauptteil meiner Arbeit möchte ich die Ergebnisse der vorangegangenen Kapitel in eine argumentative Auseinandersetzung mit dem zweiten Teil meiner Fragestellung einmünden lassen: Weshalb sollte die christliche Spiritualität als Ressource in einem Coachingprozess thematisiert und einbezogen werden? Im Zusammenhang der Fragestellung finden sich einige Aspekte, die in der Einleitung aufgegriffen werden. Zu diesen Aspekten gehören die Bedeutung von Spiritualität für Psychotherapie und Coaching, die Betrachtungsweisen von Spiritualität, die Frage nach der Funktionalisierung von christlicher Spiritualität und die Zielsetzungen von Spiritualität und Coaching.

Im weiteren Verlauf des Hauptteiles betreten wir drei unterschiedliche Räume (Dimensionen), die inhaltlich den Einbezug christlicher Spiritualität im Coaching begründen.

Die Dimensionen beginnen mit dem menschlichen Sein, zu dessen Merkmal Spiritualität gehört. Um diese Aussage zu begründen, fasse ich Ergebnisse aus der Religionsethnologie, Religionswissenschaft und Theologie zusammen. Ebenso erfolgt ein kurzer Abriss der geschichtlichen Entwicklung zu dieser Sichtweise. Abschließend frage ich nach der Bedeutung dieser Dimension für das Coaching.

Im Anschluss folgt die Dimension der Ethik. Christliche Spiritualität bietet mit ihrer biblisch-theologisch orientierten Ethik einen Orientierungsrahmen für eine ethisch verantwortliche Haltung und daraus resultierende Handlungen für Coach und Klient. In einem ersten theoretischen Teil gebe ich einen Überblick zum Beschäftigungshorizont der Ethik und was die theologische Ethik kennzeichnet. Danach wenden wir uns der Ethik im Coaching zu und betrachten die Interaktionsebenen von Coach und Klient sowie vom Klienten und seiner Interaktionspartner aus dessen sozialen Umfeld. Ebenso erfolgt ein Hinweis auf inzwischen formulierte Ethikstandards in unterschiedlichen Coachingverbänden. Auf dem Hintergrund, dass ethisches Verhalten sowohl philosophisch als theologisch begründet werden kann und die Reflexion der ethischen Standards in verschiedenen Coachingverbänden eine große Nähe zu anthropologischen Grundannahmen, Haltungs- und Handlungswertmaßstäben human-interaktiver Zusammenhänge aus dem Kontext christlicher Spiritualität erkennen lassen, frage ich abschließend nach dem Mehrwert christlicher Spiritualität für die Ethik im Coaching.

Den Abschluss meines Hauptteiles bildet die Dimension der Gesundheit und Prävention. Coaching als auch die christliche Spiritualität haben eine nicht zu unterschätzende gesundheitliche wie präventive Dimension. Nach einer Einleitung in die Thematik von Gesundheit und Prävention und der Position, die Coaching in diesem Zusammenhang einnimmt, lege ich meinen Schwerpunkt auf die gesundheitliche und präventive Funktion der Spiritualität. Hierbei verweise ich auf Literatur und fasse einige wichtige Ergebnisse aus der Forschung zusammen.

Des Weiteren präsentiere ich Erklärungsansätze zum Einfluss von Religiosität und Spiritualität auf die physische und psychische Gesundheit. Dabei wichtig sind für eine gesundheitsförderliche und präventive Funktion von Spiritualität das Vorhandensein einer „positiven und herzlichen Gottesbeziehung“⁸ verbunden mit einem positiven Gottesbild. Mit einer Zusammenfassung der Ergebnisse und deren Diskussion werde ich die Arbeit beenden.

Nicht in diese Arbeit einbezogen habe ich die Abgrenzung zwischen christlicher Seelsorge, geistlicher Begleitung und einem Coaching, das sich der christlichen Spiritualität öffnet. Ebenfalls nicht inbegriffen sind alle Überlegungen wie christliche Spiritualität praktisch in ein Coaching implementiert werden kann, welche Voraussetzungen gegeben sein müssen und worauf dabei zu achten ist. Ich nenne zwar einige Voraussetzungen, aber vertiefe diese nicht.

Die vorliegende Arbeit leistet einen Beitrag, sich den Zusammenhängen von Spiritualität und Coaching weiter zu öffnen, als dies bisher der Fall ist. Die menschliche Spiritualität und besonders auch die christliche Spiritualität ist ein immer noch größtenteils unberücksichtigter Faktor in der medizinischen, therapeutischen und beraterischen Praxis.⁹ Die Forschung hat zwar viele wertvolle Zusammenhänge erforscht und publiziert, die aber kaum zu einer praktischen Anwendung kommen. Diese Anwendung ist aber wichtig, um dem ganzen Menschen wirklich gerecht werden zu können. Daher wäre eine Aufnahme dieser Thematik im Rahmen von Ausbildungscurricula und eine Integration in professionellen Leitlinien für Coaches ein bedeutender nächster Schritt.

2 Christliche Spiritualität

2.1. Einleitung

Spiritualität ist ein Begriff, der heute inflationär verwandt wird und damit einhergehend „[...] an inhaltlicher Präzisionsschwäche leidet.“¹⁰ Möller zieht daraus

⁸ Utsch, Religiöse Fragen in der Psychotherapie, 184.

⁹ Vgl. Hofman, Spirituelle und religiöse Orientierung, 174.

¹⁰ Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 15.

die Konsequenz, wenn er sagt: „Auf dem großen Markt der Spiritualitäten hat nur Bestand, wer genau sagen kann, für welche Art von Spiritualität er wirbt.“¹¹

Der Fokus dieser Arbeit liegt daher nicht auf einer Auseinandersetzung mit den vielen Spiritualitäten, sondern einzig mit der christlichen Spiritualität. Das Fenster der Betrachtung ist das der evangelischen Konfession.

Die christliche Spiritualität hat eine fast zweitausendjährige Tradition. Der Begriff der Spiritualität aber ist wesentlich jünger. Erwachsen ist er aus der katholischen Ordenstheologie Frankreichs und vereinigt in sich Frömmigkeitsübungen, Lebensgestaltung und Glauben.¹² Für den christlichen Glauben wird in Deutschland der französische Begriff *spiritualité* erst seit den 1960er Jahren übernommen. Er ersetzte nach und nach das Begriffspaar „geistliches Leben“.¹³ Unter geistlichem Leben verstand man das Achten auf den Heiligen Geist, den Spiritus Sanctus, und dem, was er dem Gott vertrauenden Menschen geben möchte. Geistliches Leben umfasste unterschiedliche Ausdrucksformen wie Anbetung Gottes, Gottesdienst, Lesen der Heiligen Schrift, Gebet, Kontemplation, praktische Nächstenliebe und Vergebung.¹⁴

Trotz des jungen Begriffsalters der „Spiritualität“ entspringt christliche Spiritualität dem Zentrum biblischen Glaubens. Für Paulus und andere Autoren des Neuen Testaments ist der griechische Begriff „pneuma“ der Schlüsselbegriff. Pneuma ist die griechische Wiedergabe des hebräischen „ruach“ (Hauch, Atem, Wind)¹⁵ und wird im Lateinischen mit „spiritus“ übersetzt. Er bedeutet „Geist“ und steht „[...] für das Innere des Menschen als auch für die Intimität Gottes, eine Intimität, die Gott nicht für sich selbst behält, sondern mitteilt, sodass die genuin christliche spirituelle Kommunikation möglich wird: [...] ‚Der Geist Gottes selbst mitbezeugt unserem Geist, dass wir sind Kinder Gottes‘ (Römer 8,16; MNT).“¹⁶

¹¹ Möller, *Das Kloster im Alltag*, 74.

¹² Vgl. Zimmerling, *Evangelische Spiritualität*, 15.

¹³ Vgl. Schellenberger, *Unterscheidung der Geister heute*, 39.

¹⁴ vgl. Ebd.

¹⁵ Vgl. Kamlah, *Geist*, 479ff.

¹⁶ Frick, *Zwischen engen und weitem Spiritualitätsbegriff*, 36.

Paulus unterscheidet zwischen dem menschlichen pneuma, dem Geist des Menschen mit seinem Absichten, Empfindungen und Erkennen, und dem Geist Gottes als Person, der zugleich Gabe an den an Christus glaubenden Menschen ist¹⁷ und sich mit ihm gemeinschaftlich verbindet (vgl. Röm 8,11). Hier befinden wir uns an der Wurzel christlicher Spiritualität, auch wenn das Wort „Spiritualität“ in der biblisch-theologischen sowie philosophisch-religiösen Überlieferung nicht zu finden ist. Das Fehlen dieser Tradition bedarf deshalb einer Beschreibung dessen, was man mit Spiritualität meint.¹⁸

Die Grundlage der Auseinandersetzung mit christlicher Spiritualität findet sich in den biblischen Schriften. Im Verlauf der Geschichte und der Ausbreitung des Christentums hat christliche Spiritualität aber viele Erscheinungsformen angenommen. Und so finden sich in der heutigen Literatur auch sehr unterschiedliche Definitionen. Anhand unterschiedlicher Begriffe soll nun der Kern christlicher Spiritualität entfaltet und zusammenfassend mit einer Begriffsdefinition abschlossen werden.

2.2 Ein Offenbarungsgeschehen

Christliche Spiritualität beginnt mit der Offenbarung Gottes gegenüber dem Menschen. Nicht der Mensch ist Ausgangspunkt christlicher Spiritualität, sondern Gott in seinem offenbarenden Handeln.

Die biblischen Schriften reden von Gott als einen verborgenen Gott (Jes 45,15). Gott ist in seinem Wesen verborgen und für den Menschen nicht zugänglich. Wir sprechen hier vom Mysterium Gottes. Zudem hat auch kein Mensch jemals Gott gesehen (Joh 1,18; vgl. Ex 33,20). Somit ist es dem Menschen unmöglich, überhaupt von Gott zu sprechen oder zu sagen, wie Gott ist und wie er nicht ist, „[...] andernfalls wäre die Rede von Gott/ dem Göttlichen nur ein Grenzbegriff menschlicher Vernunft [...]“¹⁹ Damit kann man von einer absoluten Transzendenz Gottes sprechen.

¹⁷ Kamlah, Geist, 485.

¹⁸ Frick, Zwischen engen und weitem Spiritualitätsbegriff, 38.

¹⁹ Plattig/ Stolina, Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen, 16.

Damit der Mensch überhaupt etwas über Gott sagen kann, muss Gott sich dem Menschen offenbaren. Nach dem Zeugnis der biblischen Schriften hat dies Gott auf verschiedene Weise getan (vgl. Gen 12,1.7; Ps 19,2; Hes 1,4ff; Sach 1,9; Mi 1,1; Mt 1,20). Somit erscheint Gott nicht nur absolut transzendent, unerreichbar, unsichtbar und unverfügbar, sondern gleichzeitig beziehungsorientiert. Er sucht die Beziehung zu seinen Geschöpfen. Das wird am deutlichsten an der Person Jesu.

Jesus ist der alttestamentlich angekündigte Messias (Sach 9,9) und Mittler zwischen Gott und den Menschen (Hebr 9,15). Durch seinen stellvertretenden Opfertod am Kreuz empfangen Menschen durch den Glauben (Joh 1,12) an ihn Vergebung ihrer Sünden (Hebr 9,28) und Zugang zu einer gemeinschaftlich-persönlichen Beziehung zu Gott, in der Menschen zu ihm „lieber Vater“ (Rö 8,15: „Abba“) sagen können. Paulus spricht von Christus als dem Geheimnis Gottes (Kol 2,2). „In Christus gewinnt Gott ein Angesicht, ein Antlitz, dem sich der Mensch zuwenden kann, zu dem er Du sagen kann.“²⁰

Im neutestamentlichen Kontext erfahren wir noch von einer weiteren Quelle der Offenbarung Gottes, dem Heiligen Geist. Der Heilige Geist ist eine beziehungsstiftende Gabe Gottes an Menschen²¹, die an Christus glauben (1Kor 1,12) und zugleich ist er „Stellvertreter Jesu“.²² Beschrieben wird er als Person.²³ Er ist göttlichen Wesens (1Kor 2,10; 3,16), handelt mit göttlicher Kraft und wirkt kraftvoll im Menschen (Rö 8,14; Gal 5,18) und durch den Menschen (Apg 3,6.16; Rö 15,19).

In der gesamtbiblischen Zusammenschau der Offenbarung Gottes und deren Reflexion hat sich in der frühen Christenheit das Bekenntnis zum dreieinigen Gott entwickelt: Gott Vater, Sohn und Heiliger Geist. Schon in den neutestamentlichen Schriften finden sie sich in formelhaften Aussagen nebeneinander (Mt 28,19; 1Kor

²⁰ Plattig/ Stolina, Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen, 18.

²¹ Dies meint gleichzeitig die Gegenwart Gottes. Siehe: Frey, Repetitorium der Ethik, 236.

²² Swarat, Trinität, 2034.

²³ Vgl. Kamlah, Geist, 485.

124-6)²⁴, auch wenn es noch keine explizite Trinitätslehre gibt.²⁵ Wir können hier von einem „Mysterium Trinitatis“ sprechen, dem Geheimnis des dreieinigen Gottes. Es besagt, dass Gott eine Einheit ist von Vater, Sohn und Heiligem Geist. Diese Einheit ist untrennbar und doch sind Vater, Sohn und Heiliger Geist als Personen voneinander zu unterscheiden. Durch jeder dieser Personen hat Gott sich dem Menschen offenbart. Es ist eine Einheit in der Dreiheit, die so zu verstehen ist, dass Vater, Sohn und Heiliger Geist einander so durchdringen, dass man keiner der drei Personen begegnen kann, ohne zugleich auch den anderen zu begegnen. Diese Einheit meint zugleich eine Wesenseinheit.²⁶ Gott begegnet dem Menschen in dieser Dreiheit als Einheit, als das eine göttliche „Du“ das mit dem menschlichen „Du“, in Beziehung tritt.²⁷ Diese Drei-Einheit hat ein inneres Beziehungsgeschehen. Es ist geprägt von einer immerwährenden und nie aufhörenden liebenden Gemeinschaft von Vater, Sohn und Heiligem Geist.²⁸

In diese liebende Gemeinschaft der Dreiheit Gottes möchte Gott den Menschen hineinnehmen und an ihr Anteil geben. Dazu hat Gott den Menschen geschaffen (Gen 1,26f). Es ist der Grund seiner Existenz.²⁹ Diese Beziehung wurde aber durch die Sünde des Menschen zerstört (Gen 3; Röm 3,10ff; 5,12ff), in ihrer Folge verursachte dies eine Entfremdung des Menschen von Gott (Röm 1,21ff) als dem Grund seines Seins.³⁰ Darum hat sich Gott dem Menschen offenbart - besonders in Christus (Röm 3,24ff) - um ihn zurück in diese Beziehung zu rufen, für die er geschaffen wurde. In seinem Reden, seinem Handeln an den Menschen und besonders in seinem stellvertretenden Sterben am Kreuz wird diese Liebe Gottes (Joh 3,16) als eine mit Gott versöhnende Liebe (2Kor 5,19)³¹ sichtbar und konkret. Christus ist Grundlage für die Fähigkeit des Menschen, mit Gott in Beziehung treten zu können.³²

²⁴ Vgl. Swarat, Trinität, 2034.

²⁵ A.a.O., 2037.

²⁶ A.a.O., 2038.

²⁷ A.a.O., 2037ff.

²⁸ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 28f.

²⁹ Vgl. Joest, Dogmatik, Bd. 2, 372.

³⁰ Vgl. A.a.O., 397.

³¹ Vgl. Joest, Dogmatik, Bd.1, 254.

³² Vgl. A.a.O., 242.

Der Glaube an Christus ist der Schlüssel zu dieser Gemeinschaft (Joh 6,47), die besiegelt wird durch den Heiligen Geist. Dieser nimmt Wohnung im Menschen, der dem Handeln Gottes vertrauend antwortet (Eph 1,13f.). Paulus spricht in diesem Zusammenhang von einer neuen Schöpfung des Menschen mit einem dynamischen Charakter (2Kor 5,17).

Das Handeln Gottes geschieht nicht in einem luftleeren Raum, sondern ist bezogen auf den Menschen. Darum ist christliche Spiritualität von Seiten des Menschen immer ein Erfahrungsgeschehen.

2.3 Ein Erfahrungsgeschehen

Werden Menschen gefragt, wie es zu ihrem Glauben an Christus kam, dann berichten sie in aller Regel von Erfahrungen und Erlebnissen, die in ihnen zu einer Gewissheit für die Existenz Gottes wurden. Nur in Ausnahmefällen spielen vernünftige Gottesbeweise oder systematisch-rationale Erklärungen von Theologen eine Rolle.³³ Schon in den neutestamentlichen Schriften finden sich solche Berichte. Paulus zum Beispiel schildert zweimal in der Apostelgeschichte gegenüber unterschiedlichen Menschen seine lebensverändernde Begegnung mit Jesus vor Damaskus (Apg 9,3-9; 22,3-16; 26,9-18). Auch in seinen Briefen bezieht er sich auf dieses Geschehen (1Kor 9,10; 15,8). Weitere biblische Berichte erzählen von Menschen, die auf Grund der Verkündigung des Evangeliums und selbst erfahrener oder miterlebter Wundertaten, wie zum Beispiel Heilungen, zum Glauben an Christus kamen (Apg 2; 3; 5,12-16; 9,12-15; 10). Erfahrungen spielen eine wichtige und zentrale Rolle. Sie sind Ausgangspunkt, aber auch Begleitgeschehen gelebter christlicher Spiritualität.

Der Begriff der Erfahrung bezieht sich in seinem Ursprung auf das Hindurchreisen und Erkunden eines neuen und fremden Gebietes. Das Erkunden bedeutet ein unmittelbares Erleben des Neuen durch Sehen, Hören, Fühlen, Riechen. Es schließt sich zu einer neuen Kenntnis dem bisherigen Erfahrungswissen an.³⁴ Aus philosophischer Perspektive ist die Erfahrung eine Sonderform der Erkenntnis, die aus erfahrenen inneren und äußeren Sinneswahrnehmungen erwächst, vom Verstand

³³ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 132f.

³⁴ Vgl. A.a.O., 134.

ausgewertet und angeeignet wird und zugleich das Empfinden der Wahrheit des Erkannten impliziert.³⁵

William James (1842-1910) hat sich intensiv dem Phänomen menschlicher Erfahrungen gewidmet.³⁶ Sein Augenmerk lag dabei besonders auf religiösen Erfahrungen. Er sagte:

„Es ist, als gäbe es im menschlichen Bewusstsein ein Empfinden von Realität, ein Gefühl von objektiver Gegenwart, von ‚da ist etwas‘ - eine Wahrnehmung, die tiefer und allgemeiner reicht als irgendeiner der besonderen ‚Sinne‘, denen die gängige Psychologie das ursprüngliche Entdecken realer Existenz zuspricht. Ist dies aber so, dann dürfen wir annehmen, daß die Sinne unsere Einstellungen und unsere Verhaltensweisen normalerweise dadurch prägen, daß sie zuerst diese Realitätsempfindung erregen; und alles andere, beispielsweise eine Idee, die dieses Empfinden in ähnlicher Weise erregt, hätte dasselbe Privileg, das normalerweise die Sinnesobjekte besitzen, nämlich real zu erscheinen. Insofern religiöse Vorstellungen in der Lage sind, an dieses Realitätsempfinden zu rühren, müßte man trotz aller Bedenken an sie glauben, selbst wenn sie so vage und unerreichbar wären, daß man sich fast nichts unter ihnen vorstellen kann.“³⁷

Religiöse Erfahrungen sind nach James Wahrnehmungen, die eine Realität widerspiegeln, wie Menschen sie mit ihren fünf Sinnesorganen empfinden. Sie sind realistisch und ernst zu nehmen. „Diese Gefühle sind für die, die sie haben, genauso überzeugend wie jede andere unmittelbare sinnliche Erfahrung, und sie sind in der Regel viel überzeugender als alle Ergebnisse, die auf dem Wege der reinen Vernunft gewonnen werden.“³⁸ Und trotzdem, die Tatsache eines als wahr empfundenen Geschehens bedeutet nicht, dass es in jedem Fall auch objektiv wahr ist. Auch das Bild einer Halluzination wird als realistisch existierend und damit als wahr empfunden, entpuppt sich aber als Trugschluss. Es gilt daher zu fragen, ob die Erfahrung der Gegenwart Gottes wirklich mit der Gegenwart Gottes in Verbindung gesetzt werden kann oder ob es sich um eine Täuschung handelt.³⁹ Dies zu beurteilen ist ein Unterfangen, das nicht ohne weiteres möglich ist, da es sich um ein

³⁵ Vgl. A.a.O., 134f.

³⁶ James, William: Die Vielfalt religiöser Erfahrungen. Eine Studie über die menschliche Natur.

³⁷ James, Die Vielfalt religiöser Erfahrung, 89f.

³⁸ A.a.O., 104f.

³⁹ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 135.

subjektives Geschehen handelt, das von Außen nur schwer einsichtig ist. Auch charakteristische Merkmale einer religiösen Erfahrung, wie sie James beschreibt, sind noch kein ausreichendes Kriterium. Zu diesen Merkmalen gehören Harmonie/ Frieden mit den vorhandenen Lebensbedingungen, die sich als Folgeerscheinung der Rechtfertigungsgewissheit ergibt, das Empfinden, in neue und bisher unbekannte Wahrheiten Einsicht erhalten zu haben sowie das Empfinden, erneuert und verändert worden zu sein, so als würde die Welt um einen herum und das eigene Selbst schöner als zuvor.⁴⁰

Auf diesem Hintergrunde bedarf es eines prüfenden Umganges mit der eigenen wie auch der Erfahrung anderer. Zu diesem Umgang zählt das Gewährenlassen und Raumgeben von Erfahrungen als wichtigen Bestandteil der Spiritualität. Erfahrungen sind ein wichtiger Gegenpol zur theoretisch-theologischen Reflexion. Sie bilden die Ergänzung des Verstandes, der sich in theoretische Konstrukte verlieren kann. Die Erfahrung bedarf auch des Verstandes, der das eigene oder fremde Erleben kritisch reflektiert.⁴¹ Dabei ist der Bezug zu den Erfahrungen aus der Glaubenstradition (biblische Quellen, Kirchengeschichte, Lebensgeschichten von Männer und Frauen) von Bedeutung. Sie geben uns die Möglichkeit, aus einer Metaperspektive Glaubenserfahrungen zu betrachten und sich daraus ergebende Auswirkungen (Früchte) zu entdecken. Diese Auswirkungen geben uns einen wichtigen Anhaltspunkt über die Qualität und den Geist der Gotteserfahrungen.

Die neutestamentlichen Schriften sprechen an unterschiedlichen Stellen von Früchten, die aus einer gesunden Beziehung mit Gott erwachsen und durch den Heiligen Geist gewirkt sind (Gal 5,22; Eph 5,9; Phil 1,11; vgl. 2Petr 1,5ff). Zu ihnen zählen Liebe, Friede, Freude, Güte, Gerechtigkeit, Wahrheit, Geduld, Freundlichkeit, Treue, Sanftmut, Selbstbeherrschung. Aus ihnen wird ersichtlich, dass Gotteserfahrungen auf dem Hintergrund christlicher Spiritualität positiv beziehungsstiftend wirken. Dabei spielen alle Beziehungsfelder des Menschen - zu Gott, den Mitmenschen, der Welt und auch die Selbstbeziehung des Menschen - eine Rolle.

⁴⁰ Vgl. James, Die Vielfalt religiöser Erfahrung, 263f.

⁴¹ Vgl. A.a.O., 137.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass christliche Spiritualität aus dem Offenbarungshandeln Gottes heraus zu einem Erfahrungsgeschehen des Menschen wird, das der Reflexion und Überprüfung bedarf, um nicht eigenen Täuschungen zu erliegen. Dabei spielen die Auswirkungen der Erfahrung auf die gelebte Spiritualität im interpersonellen Kontext eine Schlüsselrolle.

2.4 Ein Beziehungsgeschehen

Christliche Spiritualität ist ein Beziehungsgeschehen. Es resultiert aus dem interpersonalen Relationsmuster der Drei-Einheit Gottes, welches sich in seiner liebenden Dynamik in der Person Jesu offenbart und handelnd dem Menschen zugewandt hat, um ihn in diese Relation mit hineinzunehmen.

Alle Beziehungsfelder des Menschen haben in der christlichen Spiritualität ihre Basis in diesem Handeln Gottes und sind nur darüber verstehbar. Der Mensch, für den dieses Handeln Gottes zu einem Erfahrungsgeschehen wurde, wie es Paulus in Römer 8,1-2.14-17 formuliert, wird daraus Kraft und eine intrinsische Motivation für die dynamische Gestaltung seiner differenten Relationsfelder schöpfen.

Nach dem Vorbild des trinitarischen Prinzips können wir die Beziehungsfelder des Menschen in einem anthropologischen Dreieck beschreiben.⁴² Die unterschiedlichen Felder sind die Beziehungen des Menschen zu Gott, die Beziehung zum Mitmenschen und der Welt (Schöpfung) sowie die Selbstbeziehung. In allen drei Beziehungsfeldern vollzieht sich christliche Spiritualität. Diese Felder sind zwar voneinander zu unterscheiden, aber besitzen ein reziprokes Verhältnis. Eine Veränderung des Beziehungsgeschehens in einem der Bereiche hat immer auch Auswirkungen auf die anderen Bereiche.

Um sich dem Beziehungsgeschehen der unterschiedlichen Beziehungsfelder zu nähern, soll zunächst gefragt werden, was unter einer Beziehung zu verstehen ist. Im Lexikon der Grundbegriffe zur Psychologie lesen wir: „Unter Beziehung versteht man in der Regel die Objektbeziehung, das heißt die emotionale Verbindung

⁴² Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 85.

zwischen zwei oder mehreren Menschen. Manchmal steht ‚Beziehung‘ heute auch für eine enge, dauerhafte Bindung.“⁴³

Diese Definition bezieht sich primär auf ein weltimmanentes und interpersonales Geschehen. Daher wäre zu fragen, inwieweit eine Mensch-Gott-Relation darin eingeschlossen sein kann. Auch die Frage nach der Selbstrelation des Menschen bedarf der Klärung.

2.4.1 Beziehungsgeschehen zwischen Mensch und Gott

Dieses Beziehungsgeschehen ist konstitutive Basis für das Verständnis der weiteren Beziehungsfelder des Menschen. Um sich diesem Beziehungsfeld zu nähern, soll zunächst geklärt werden, ob wir von Beziehung zwischen Menschen und Gott in einer Weise sprechen können, wie in der Beziehungsdefinition von Schmidbauer die Rede ist.

Menschen sind personal-emotionale Wesen, die in emotionaler Verbindung zueinander stehen. Von Gott als einem personal-emotionalen Wesen zu sprechen, trägt erst einmal anthropomorphisierende Züge und muss metaphorisch verstanden werden, weil der Mensch keine Aussagen über Gott treffen kann.⁴⁴ Nun aber sprechen die biblischen Schriften davon, dass Gott, der in der personalen Dreieinheit von Vater, Sohn und Heiligem Geist ewige Gemeinschaft ist,⁴⁵ sich in der Geschichte der Menschen offenbart hat. Eine Schlüsselrolle in dieser Geschichte spielt Gottes Offenbarung in Christus (Joh 1,1; 2Kor 5,19). In der kirchlichen Dogmatik spricht man von Jesus als wahren Menschen und wahren Gott.⁴⁶ In ihm ist die göttliche Natur mit der menschlichen Natur eine Person geworden. Auf diesem Hintergrund gibt die phänomenologische Beschreibung von Jesu Verhalten und Leben im Neuen Testament (Mk 1,41; 6,34; Joh 11,35.38) wichtige Indizien dafür, dass wir von Gott als einem personal-emotionalen Wesen sprechen können.⁴⁷

⁴³ Schmidbauer, Psychologie, Lexikon der Grundbegriffe, 39.

⁴⁴ Vgl. Abschnitt 2.2 auf Seite 13.

⁴⁵ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 28.

⁴⁶ Vgl. Joest, Dogmatik, Bd.1, 226ff.

⁴⁷ Vgl. A.a.O., 227.

In den Schriften des Neuen Testaments wird auch vom Heiligen Geist als einem personenhaften Wesen mit Emotionen gesprochen. Paulus spricht zum Beispiel davon, den Heiligen Geist nicht zu betrüben (Eph 4,30).

Die auf den Bund Gottes mit Israel bezogenen alttestamentlichen Schriften reden ebenfalls von Gott als personenhaft-emotionales Wesen, der mit Leidenschaft, Liebe, Zorn und Schmerz an seinem Bundesvolk handelt. Joest schreibt:

„Gott verharret nicht unveränderlich und unberührbar in sich selbst, sondern erweist sich bewegbar, durch das Verhalten des Menschen betroffen und darauf reagierend, in Zuwendung und Gerichten und neuer Zuwendung *verschieden* reagierend, *beständig* aber darin, daß er auch durch katastrophale Wendungen hindurch sein Ziel mit Mensch und Welt nicht aufgibt.“⁴⁸

Das Sprechen von Gott als einem personal-emotionalen Wesen ist aber zugleich von Menschen als personal-emotionalen Wesen zu unterscheiden. Die Qualität des göttlichen Seins ist eine andere als die des menschlichen Seins. Gott ist transzendent und unverfügbar⁴⁹ und eindeutig vom Menschen zu unterscheiden. So kann man auch den formalen ontologischen Begriff „Person“, der kategorisch auf menschliche Wesen bezogen ist, nicht in gleicher Weise auf Gott beziehen - auch dann nicht, wenn in der Geschichte der Offenbarungen Gottes die Rede von Gott in personalen Bezügen gegeben ist.

Selbst bezogen auf den Menschen wird der Begriff „Person“ nicht immer im gleichen Sinne interpretiert. Als gemeinsamer Nenner lässt sich aber sagen, dass „[...] in jeden Fall die besondere Lebendigkeit des Menschen gemeint ist in dem, worin sie andere Lebewesen übertrifft; insbesondere die Weise, wie der Mensch sich zu anderen, zu seinesgleichen und zu sich selbst *verhalten* kann.“⁵⁰ In gleicher Weise können wir „[...] auch von Gott nur so reden, daß wir sein lebendiges Verhalten zu uns, zum Menschen ‚in Person‘, aussagen. [...] Das bedeutet jedenfalls, daß wir von Gott nicht a-personal reden können; jeder Versuch, sein ‚Wesen‘ in einem nicht personenhaften, weniger ‚mensch-artigen‘ Begriff zu fassen, wäre nicht eine ‚eigentlichere‘, sondern eine seine Lebendigkeit *unterbietende* Bezeichnung.“⁵¹

⁴⁸ A.a.O., 158.

⁴⁹ Vgl. Stolina, Niemand hat Gott je gesehen, 137.

⁵⁰ A.a.O., 156.

⁵¹ A.a.O., 156f.

Mit anderen Worten: Es ist nicht möglich, ohne weiteres von Gott als einer Person im Sinne der menschlichen Kategorie zu sprechen, zumal das neuzeitliche Verständnis von Person auf das individuelle Selbst und Selbstbewusstsein des Menschen bezogen ist.⁵² Die Rede vom Personsein Gottes integriert zwar die menschliche Kategorie der Person, doch zugleich übersteigt sie diese.⁵³

Resümierend lässt sich sagen, dass Schmidbauers Definition von Beziehung im menschlich-interpersonellen Kontext nicht identisch auf die Beziehung des Menschen zu Gott übertragen werden kann. Zwar können wir von Gott als einem personal-emotionalen Wesen sprechen, aber sein Personsein übersteigt die menschliche Personenkategorie und würde auf ihrem Hintergrund zu Fehlinterpretationen führen.⁵⁴ Ebenso gibt es ein qualitatives Ungleichgewicht zwischen der Transzendenz Gottes und der Immanenz des Menschen. Gott ist nicht in der Weise gegenwärtig wie ein Mensch dem anderen Menschen. Gott bleibt für den Menschen der Unverfügbare, Unmanipulierbare und Unsichtbare, auch wenn er sich dem Menschen in der Person Jesu offenbart hat.

Das Beziehungsgeschehen zwischen dem transzendenten Gott und immanenten Menschen ist zwar von einem Ungleichgewicht gekennzeichnet, aber trotzdem auch von einer durch Gottes Handeln initiierten symmetrischen Kommunikation zwischen ihm und dem Menschen. Diese Kommunikation wurde möglich durch die Menschwerdung Gottes in Christus und durch das Wirken des Heiligen Geistes. In Jesus kam Gott auf Augenhöhe der Menschen (vgl. Hebr 4,15; 5,2.7f) und wandte sich ihnen bedingungslos zu, und das auch denen gegenüber, die fern von ihm waren.⁵⁵ Durch den Heiligen Geist nimmt Gott Wohnung in dem an Christus glaubenden Menschen und bleibt an dessen Seite.⁵⁶ In dieser Beziehung ereignet sich eine symmetrische Kommunikation auf Augenhöhe zwischen Gott und dem Menschen bei gleichzeitig bleibender Ungleichheit.

⁵² Vgl. Joest, Dogmatik, Bd.1, 335.

⁵³ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 148.

⁵⁴ Vgl. Joest, Dogmatik, Bd.1, 335.

⁵⁵ Vgl. A.a.O., 231f.

⁵⁶ Vgl. Abschnitt 2.1, auf Seite 12.

Ein weiteres Kennzeichen des Beziehungsgeschehens zwischen Gott und Mensch ist die voraussetzungslose Annahme des Menschen durch Gott.⁵⁷ Sie ist zugleich als ein Gnadengeschehen zu verstehen. Sie ist unverdient, nicht durch menschliche Leistung hervorruft und nur durch Glauben zu empfangen. Durch die enge Verbindung zu Gottes Handeln in Christus ist christliche Spiritualität immer auch ein auf Christus hin ausgerichtetes Beziehungsgeschehen⁵⁸ und ihm gleichzeitig untergeordnet. Die voraussetzungslose Annahme des Menschen und dessen Rechtfertigung durch den Glauben an Christus erwartet eine Antwort des Menschen. Gemeint ist eine Antwort des Vertrauens und der liebenden Hingabe an Gott, in einem freiwilligen Hören und Handeln nach dessen Willen. Dieses wiederum ist nicht nur reflexiv, sondern hat eine nach außen gerichtete sozial-ethische Dimension. Es ist ein Handeln aus der Gottesbeziehung hinein in das soziale Umfeld des Mitmenschen. Glaube und Gehorsam gehören im Beziehungsgeschehen christlicher Spiritualität untrennbar zusammen.⁵⁹

2.4.2 Beziehungsgeschehen des Menschen zum Menschen

Ausgangspunkt dieses Beziehungsgeschehens ist das gemeinschaftlich-liebende Verhalten von Vater, Sohn und Heiligem Geist innerhalb der Drei-Einheit Gottes und das liebende Verhalten Gottes in Christus gegenüber dem Menschen. Im Neuen Testament wird von Gott als die Liebe (1Joh 4,16) gesprochen. Liebe wird hierbei nicht im Sinne einer Emotion verstanden, sondern einer Haltung und daraus folgenden Handlungen.⁶⁰

Das liebende Handeln Gottes am Menschen gilt als Vorbild für das Beziehungsgeschehen des Menschen zum Menschen. So wie Gott den Menschen angenommen hat und liebt, ist der Mensch, der Gottes Gnade und Liebe erfahren hat, zum Nachahmen dieses Handelns Gottes aufgerufen (Vgl. 1Petr 2,21). So fordert Jesus seine Jünger auf, ihre Feinde zu lieben und ihnen Gutes zu tun (Lk 6,27ff). In einer ähnlichen Weise geht es auch um die Beziehung der an Christus glaubenden

⁵⁷ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 34f.

⁵⁸ Vgl. Dahlgrün, Die Gabe, die Geister zu unterscheiden, 96.

⁵⁹ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 35.

⁶⁰ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 148.

Menschen zueinander (Röm 15,7). Diese können nicht mit Gott zusammen sein, „[...] ohne darin die, mit denen Gott ebenso zusammen sein will [...] als Brüder und Schwestern anzunehmen. [...] Wir werden dazu beansprucht, nicht nur nebeneinander, sondern füreinander zu leben, uns das Leben des Mitmenschen ebenso angehen zu lassen wie das eigene Leben, unseren Nächsten zu lieben ,wie uns selbst‘.“⁶¹

Das Verständnis christlicher Spiritualität vom Beziehungsgeschehen zwischen Menschen impliziert das Verständnis von Beziehung wie in Schmidbauers Definition. Eine menschliche Beziehung ist immer geprägt von Emotionen, die als ein komplexes Muster von bewussten und unbewussten⁶² physiologischen Erregungen, Gefühlen, kognitiven Prozessen und Verhaltensweisen⁶³ verstanden werden. Sie gehören zur geschöpflichen Konstitution des Menschen. Zugleich möchte aber der Heilige Geist in den an Christus glaubenden Menschen eine treibende Kraft zu einem beziehungsstiftenden Verhalten sein, das durch Emotionen errichtete Barrieren überwinden hilft. Gottes Geist ist im Menschen Gottes Liebesmacht zum Lieben.⁶⁴

2.4.3 Die Selbstbeziehung des Menschen

Für die Selbstbeziehung des Menschen gilt ähnliches wie in der interpersonalen Relation. Auch hier ist nach dem Verständnis christlicher Spiritualität das liebende Handeln Gottes Vorbild.⁶⁵ Gott liebt den Menschen und hat ihn angenommen so wie er ist. Die Liebe Gottes und seine Annahme betrifft den Menschen in seiner ganzen Person und alles ihn Betreffende. Auch als Sünder, der sich von Gott abgewandt hat, ist er der von Gott angenommene und geliebte Mensch. Auf dieser Grundlage befähigt der Glaube an Christus den Menschen zur Selbstannahme, „[...] weil sich der Mensch im Glauben - in all seiner Abgründigkeit - als unbedingt Angenommener erschlossen ist.“⁶⁶

⁶¹ Joest, Dogmatik, Bd. 2, 373.

⁶² Vgl. Zimbaro, Psychologie, 388.

⁶³ Vgl. A.a.O., 380.

⁶⁴ Vgl. Joest, Dogmatik, Bd. 1, 312.

⁶⁵ Vgl. Roth, Christliche Frömmigkeit, 207.

⁶⁶ Ebd.

Es geht auch hierbei um eine Haltung und ein Verhalten gegenüber sich selbst. Darin eingeschlossen sind nicht nur Stärken, Erfolge, jegliches Gute, sondern auch die Schwächen, Unvollkommenheiten, Abgründe und Situationen des Scheiterns. Die Annahme umfasst die gesamte Biographie des Menschen, seine ethnische, soziale und örtliche Herkunft, seine Lebensgeschichte, sein Geschlecht und seine Rollen. Auch die physiologische, psychische, emotionale und kognitive Konstitution gehören dazu.

Menschen, denen die Annahme durch Gott verschlossen ist, sind auf andere - immanente - Quellen der Annahme geworfen.⁶⁷ Diese immanenten Quellen geben Annahme nur unter Bedingungen.⁶⁸ So ergibt sich die Konsequenz, sich diese Annahme verdienen zu müssen. Damit wird, so Roth, „[...]das Angenommensein des Menschen nicht zu einer Erfahrung, sondern zu einer Forderung.“⁶⁹ Dies hat eine Abhängigkeit des Menschen von anderen Menschen zur Folge.

2.5 Beziehungsgestaltung

Ein Beziehungsgeschehen sucht immer Wege und Formen, der Beziehung eine Gestalt zu geben. Damit gemeint ist eine Struktur, eine Form oder ein Gestaltungsrahmen. Immer aber ist es ein aktives Handeln des Menschen. Diese Gestalt kann sehr unterschiedlich aussehen. Sie ist immer individuell. So einzigartig jeder Mensch ist, so einzigartig gibt ein Mensch auch dem Beziehungsgeschehen eine Gestalt. Sie ist nicht starr, sondern dynamisch. Sie bleibt nie gleich, sondern erlebt Veränderungen. Eine wichtige Frage ist die nach der Beziehungspriorität.⁷⁰ Welche der Beziehungsgeschehen ist primär im Leben des Menschen, welche sekundär? Die Priorität entscheidet immer auch über das Zeitkontingent und Intensität der gelebten Beziehung. Ebenso spielt die Erfahrung des Gelingens oder Scheiterns der Primärbeziehung eine Rolle.⁷¹

⁶⁷ Vgl. A.a.O., 204.

⁶⁸ Vgl. Ebd.

⁶⁹ A.a.O., 205.

⁷⁰ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 149.

⁷¹ Vgl. Ebd.

In der Gestaltung der Beziehung zu Gott befindet sich der Mensch in einer Ambivalenz von Freiheit und Abhängigkeit. Abhängig ist der Mensch einerseits von der gnädigen Zuwendung Gottes, der diese Beziehung immer wieder sucht und erhält, und andererseits von den soziokulturellen Bedingungen, in denen der Mensch sich vorfindet.⁷² Frei ist der Mensch darin, wie er auf Gottes Handeln reagiert. Dies kann in einer positiven Reaktion auf Gottes Anrede geschehen, aber auch in einem Ignorieren derselben. Frei ist er in der Gestaltung der Beziehung in einem individuell vorgegebenen Rahmen.⁷³ Die Gestaltung des Beziehungsdreiecks ist individualistisch und damit einzigartig. Trotz der individuellen Prägung der Beziehungsgestaltung gibt es Individuen übergreifende Gestaltungsweisen.

2.5.1 Gestaltung der Beziehung des Menschen zu Gott

Dieses Beziehungsfeld stellt im Verständnis der christlichen Spiritualität, ausgehend vom Doppelgebot der Liebe (Mt 22,37), das primäre Feld dar. Die Beziehung zu Gott ist Quelle der Inspiration, Motivation und Kraft für alle anderen Beziehungsfelder.

Für die Gestaltung der Beziehung zu Gott spielen verschiedene Dinge in der christlichen Spiritualität eine Rolle, die in unterschiedlichen kulturellen Zusammenhängen wiederzufinden sind. Zu ihnen gehören das Gebet, die Meditation, die Kontemplation im Bereich der persönlichen Spiritualität sowie das Abendmahl und die Beichte in der sakramental-gemeinschaftlich gelebten Spiritualität des Gottesdienstes. Die Beichte allerdings gehört auch in die persönliche Spiritualität mit hinein.

Die christliche Spiritualität kennt unterschiedliche Praxisformen des Gebets. Das wichtigste ist das persönliche Gebet des einzelnen Menschen mit Gott. Daneben gibt es das Gebet in der Gemeinschaft als Gebetsgemeinschaft und auch das Gebet im Gottesdienst, das Teil der Liturgie ist.⁷⁴ In allen christlichen Kirchen hat das Gebet eine große Bedeutung, aber mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

⁷² Vgl. A.a.O., 149f.

⁷³ Vgl. A.a.O. 150.

⁷⁴ Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 194.

Meditation meint in der christlichen Spiritualität ein Lesen und Betrachten biblischer Texte und das Nachdenken darüber (Ps 1,2). Hintergrund ist das lateinsche Wort „metitari“, was so viel bedeutet wie „das Nachsinnen des Frommen“.⁷⁵ Im Hebräischen finden wir das Wort „hah“, das ein langsames, besinnliches, wiederholendes, betrachtendes und bedenkendes Gebet meint.⁷⁶ Die Betrachtung biblischer Texte und das Gebet werden zum Instrument, sich der Gedanken Gottes, seiner Worte und auch Taten zu vergewissern (Ps 77,13), diese zu verinnerlichen und Gottes persönliche Ansprache darin zu vernehmen.⁷⁷

Kontemplation meint das Stillwerden des Menschen in der Gegenwart Gottes, das schweigende Wahrnehmen Gottes und das Genießen dieser Gegenwart. Es hilft dem Menschen, Gottes Gegenwart in jeder Lebenssituation zu entdecken, bewahrt vor Kurzatmigkeit, schnellen Entscheidungen und einem falschen Aktionismus.⁷⁸ Voraussetzung ist eine Offenheit des Menschen für Gott.⁷⁹

Die Beichte ist eine Hilfe für den Menschen, das Verhältnis zu Gott, das durch dessen Sünde in Mitleidenschaft gezogen wird, zu erneuern. Sie ist ein tägliches Mittel der persönlichen Spiritualität wie auch ein sakramentales Mittel im Gottesdienst, das in seiner Folge mit einer Befreiung und Entlastung seelischer Belastungen einher geht. Der Beichte geht ein Prozess des Erkennens und Anerkennens eigener Schuld im Verhältnis zu Gott voraus. Diese kann durch Impulse aus einer Meditation, Kontemplation und anderen Situationen in Gang gesetzt werden.⁸⁰

Alle Gestaltungselemente vertiefen die Gottesbeziehung des Menschen und wirken gleichzeitig in die anderen Beziehungsfelder hinein.

⁷⁵ Vgl. A.a.O., 146.

⁷⁶ Vgl. Ebd.

⁷⁷ Vgl. A.a.O., 147.

⁷⁸ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 40.

⁷⁹ Vgl. A.a.O., 43.

⁸⁰ Vgl. A.a.O., 222ff.

2.5.2 Gestaltung der Beziehung des Menschen zum Menschen und der Welt

Das oben erwähnte Doppelgebot der Liebe greift auch in dieses Beziehungsfeld hinein. „[...] die Liebe zu Gott verliert ihre Bodenhaftung, wenn sie nicht mit der Liebe zum Mitmenschen gekoppelt wird (vgl. [...] Mt 5,21-26).“⁸¹ Die Gestaltung dieses Beziehungsfeldes ist sehr unterschiedlich. Den Mitmenschen lieben hat eine sehr differente Ausdrucksweise. Immer geht es aber um das „für“ den anderen und um das Gute, was er benötigt. Es ist Ausdruck der Fürsorge, gegründet auf der Fürsorge Gottes für den Menschen.⁸² Es beinhaltet eine auf den Mitmenschen gerichtete Achtsamkeit als auch tätige Zuwendung.⁸³ Zu dieser Hinwendung gehört auch die Mission (Mt 28,19). Sie möchte die gute Nachricht Gottes mit anderen Menschen teilen und sie in das Beziehungsverhältnis zu Gott einladen.

Christliche Spiritualität ist nicht nur individuell, sondern immer auch gemeinschaftlich ausgerichtet (vgl. Apg 2,42ff). Ausgehend vom Reich-Gottes-Gedanken stellt sie ein sichtbares Zeichen des Reiches Gottes dar.⁸⁴ Die Gemeinschaft wird von Christus durch das Wirken des Heiligen Geistes initiiert und zielt auf eine gelebte Geschwisterschaft unter den Gläubigen.⁸⁵ Ist sie von diesem Geist geprägt, wirkt sie heilsam und stärkend für den Menschen, der Anteil an ihr hat.⁸⁶ Hier kann er Hilfe, Trost, Zuspruch, Korrektur und Geselligkeit erfahren.

2.5.3 Gestaltung der Selbstbeziehung zum Menschen

Die Selbstbeziehungsgestaltung in der christlichen Spiritualität beruht auf der Annahme, der Barmherzigkeit und der Liebe Gottes zum Menschen und in der Selbsterkenntnis eigener Fehlbarkeit (Sünde), Schwäche und Bedürftigkeit.⁸⁷ Sie ist in erster Linie ein inneres Geschehen im Menschen, welches eine sichtbare Haltung und Handlung nach außen treten lässt.

⁸¹ Ebd.

⁸² Vgl. Zillisch-Limmer: Systemische Therapie und praktische Theologie, 286.

⁸³ Vgl. Dahlgrün, Die Gabe die Geister zu unterscheiden, 87.

⁸⁴ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 228.

⁸⁵ Vgl. Jost, Dogmatik, Bd. 1, 295.

⁸⁶ Vgl. Benson, Heilung durch Glauben, 235.

⁸⁷ Vgl. Roth, Christliche Frömmigkeit, 207.

Die erfahrene Annahme und Liebe Gottes eröffnet dem Menschen einen Raum zu einer Haltung der Ehrlichkeit gegenüber sich selbst und hilft ihm, zu sich zu stehen, sich auch mit allen Schwächen, Unvollkommenheiten und Lebensbrüchen zu bejahen. Es ist eine Quelle der Kraft und Motivation, die hilft, über sich hinaus zu schauen und das eigene Leben zu ergreifen. Koslowski hält dazu fest: „In der Gottesliebe wird die Nächstenliebe zu Selbstliebe und die Selbstliebe zu Nächstenliebe, weil sie die Grenzen des Selbst erweitern.“⁸⁸

Die Selbstbeziehungsgestaltung wird sich in der Praxis immer auch im Handeln gegenüber dem Mitmenschen und Gott ausdrücken. Ein Mensch, der sich selbst nicht wirklich lieben und annehmen kann, wird auch Schwierigkeiten haben, einen Mitmenschen anzunehmen.⁸⁹ Ebenso wird seine Gottesbeziehung davon geprägt sein.

2.6 Ein Prozessgeschehen

Christliche Spiritualität ist ein Prozessgeschehen. Im umgangssprachlichen Gebrauch meint Prozess einen Vorgang, einen Verlauf, verbunden mit einer Entwicklung innerhalb einer zeitlichen Dimension.⁹⁰

Das gesamte menschliche Leben stellt einen Prozess der Veränderung und Entwicklung dar. Physische, psychische, kognitive und emotionale Prozesse verlaufen parallel zueinander. Hinzu kommen Veränderungen von Lebenssituationen und sozialen Umgebungen. Mit ihnen einher gehen immer auch Prozesse innerhalb der Spiritualität eines Menschen, weil sie aufeinander bezogen sind. Äußere Veränderungen, neue kognitive Erkenntnisse, Erfahrungen und vieles mehr haben Einfluss auf den Glauben eines Menschen. Der Glaube eines Menschen ist nichts Statisches. Die Beziehung zu Gott kann durch all diese Einflüsse gestärkt und auch geschwächt werden. Der Glaube kann sogar verloren gehen, wenn der Mensch sein Interesse an Gott verliert.

⁸⁸ Koslowski, Prinzipien der ethischen Ökonomie, 61.

⁸⁹ Vgl. Lintner, Eine Ethik des Schenkens, 421.

⁹⁰ Vgl. Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 150.

Über alle Bereiche des eigenen Erlebens und Tuns erstreckt sich das Prozesshafte der Spiritualität. Solange der Mensch lebt, kann er seine Beziehung zu Gott gestalten und Erfahrungen mit Gott machen, die auch wieder Einfluss auf das Leben des Menschen haben werden.⁹¹ Nach biblischen Zeugnis ist der an Christus glaubende Mensch aufgerufen in einen Prozess der Vertiefung der Gottesbeziehung (vgl. Eph 4,15; Kol 1,10; 2Pt 3,18) und Veränderung des Denkens (vgl. Röm 12,2) im Sinne Gottes einzutreten, der auch Heiligung⁹² genannt wird.

In das Prozesshafte hinein gehört in der christlichen Spiritualität auch die eschatologische Dimension. Der Mensch, der auf Gottes Reden mit Vertrauen und Glauben antwortet und sein Leben in Beziehung mit Gott gestaltet, ist in einem Entwicklungsgeschehen involviert, das mit dem Tode nicht endet.⁹³

2.7 Definition

Auf dem Hintergrund des Gesagten kann christliche Spiritualität zusammenfassend wie folgt definiert werden:

Christliche Spiritualität ist eine auf Grundlage der göttlichen Offenbarung in Christus, den überlieferten Worten der biblischen Schriften und dem Wirken des Heiligen Geistes, gewirkte, erfahrene und in der Haltung der Liebe und des Glaubens zu gestaltende liebende Bezogenheit des Menschen zum dreieinigen Gott. Diese Bezogenheit umfasst zugleich auch eine zu gestaltende Beziehung zum Mitmenschen, der Welt und zu sich selbst, welche sich in tätiger Liebe, Verantwortung für die Welt und Selbstbejahung ausdrückt. Christliche Spiritualität wird individuell als auch gemeinschaftlich gelebt und stellt ein Prozessgeschehen dar, das in dieser Welt nicht endet und geprägt ist von wechselseitig sich beeinflussenden physischen, psychischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Prozessen.

⁹¹ Vgl. A.a.O., 151.

⁹² Vgl. Dahlgrün, Die Gabe, die Geister zu unterscheiden, 90.

⁹³ Vgl. Ebd.

2.8 Ressourcen christlicher Spiritualität

Aus der vorangestellten Darstellung christlicher Spiritualität sind Ressourcen ersichtlich, die in unterschiedlichen Lebenssituationen von Bedeutung sein können. Die Benennung und Skizzierung dieser Ressourcen bewegt sich dabei entlang des anthropologischen Dreiecks. Die Zuordnung der Ressourcen zu bestimmten Relationsgefügen bedeutet keine Einschränkung auf dieselben, sondern sie reichen immer darüber hinaus. Zu Beginn steht die Beziehung des Menschen zu Gott. Den Abschluss bildet die menschliche Selbstbeziehung.

In der Beziehung des Menschen zu Gott findet sich eine Ressource zur Bewältigung unterschiedlicher Krisen, Nöte und Herausforderungen.⁹⁴ Die innere Verbundenheit des Menschen mit Gott, sein Wissen um Gottes Allmacht und Gegenwart ermöglicht eine andere Sichtweise auf das Leben als Ganzes und die Lebenssituation im Einzelnen. Sie kann dem Menschen Geborgenheit und Frieden inmitten von Stürmen vermitteln (Ps 3,6f).

Die Gottesbeziehung ermöglicht weiterhin eine transzendente Perspektive auf das Leben. Der Mensch kann sein Leben aus der Perspektive der Ewigkeit betrachten.⁹⁵ Dies ist ein wichtiger Schutz gegen das Verlieren im Moment des Lebens, es relativiert einzelne Lebenssituationen in ihrer Dramatik und hilft dem Menschen in der Sinnfindung für Lebensschicksale.⁹⁶

Die Gottesbeziehung ermöglicht dem Menschen, seine Sicht gegenüber anderen Menschen, der Welt und zu sich selbst zu verändern. Diese Wahrnehmungsveränderung kann zu einem sozialen Engagement führen, zu einem Integrationsbestreben für Menschen, die ausgegrenzt werden und zu einem verantwortungsbewussten Handeln gegenüber der Umwelt.

Die eben genannten Ressourcen hängen eng mit einer spirituell initiierten Veränderung der Perspektive⁹⁷ zusammen, die zu einer neuen Bewertung von Situationen und Menschen führt. Dieses wiederum verändert die Gefühle und das

⁹⁴ Vgl. Allemand/ Znoj, Religiosität, 252.

⁹⁵ Vgl. Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 30.

⁹⁶ Vgl. Ebd.

⁹⁷ Vgl. Ebd.

Verhalten des Menschen. Christliche Spiritualität ist damit eine Quelle für Wahrnehmungsveränderungen bis hin zu Veränderungen des Verhaltens. Sie kann damit Ressource oder Hürde sein zu einer heilenden Veränderung.

Eines der eindrucklichsten Beispiele spiritueller initiierten Wahrnehmungsveränderungen finden wir im Geschehen um den Theologen Paulus. Dieser hatte auf dem Weg nach Damaskus eine Erscheinung, in der Jesus zu ihm sprach (Apg 9,1-9). Diese Erfahrung veränderte seine Wahrnehmung gegenüber Jesus, den Christen, der christlichen Gemeinde, seines Handelns und seines Gottesbildes. Das hatte eine radikale Verhaltensänderung zur Folge. Aus dem Verfolger der christlichen Gemeinde wurde ein Gründer christlicher Gemeinden und ein Kämpfer für sie.

Meditation (die Betrachtung biblischer Texte), Kontemplation und das persönliche Gebet sind wertvolle Hilfsmittel zur Aufrechterhaltung und Festigung der Gottesbeziehung und ihrer Auswirkungen. Sie bieten Raum zur Selbstreflexion und Gottesbegegnung sowie für eine neue Inspiration und Motivation.

Die Beichte ermöglicht ein Ablegen und Loslassen sowie eine Befreiung von inneren Belastungen und Schuld in zwischenmenschlichen Beziehungen.⁹⁸ Damit einher gehen kann ein Abbau von Stress, körperlichen Verspannungen und anderen somatischen Beschwerden, die mit seelischen Belastungen zusammenhängen können.

Im Beziehungsgeschehen zum Mitmenschen finden wir in der gelebten Gemeinschaft der Gläubigen eine Ressource gegen Vereinsamung, Überforderung und Entmutigung. In der christlichen Gemeinschaft kann ein Mensch Hilfe und Unterstützung finden, aber auch Korrektur, Anerkennung und Zuwendung.⁹⁹ Damit deckt die Gemeinschaft wichtige Grundbedürfnisse des Menschen.

In der Beziehung zu sich selbst ist die christliche Spiritualität gerade für die Selbstakzeptanz des Menschen und deren Auswirkungen von Bedeutung. Zu den in

⁹⁸ Klessmann, Seelsorge, 240.

⁹⁹ Zimmerling, Evangelische Spiritualität, 230ff.

Punkt 5.2.3 genannten positiven Auswirkungen können noch weitere ergänzt werden. Begreift und bejaht sich der Mensch sich als geliebtes Geschöpf Gottes, dann wird es ihm eine Hilfe sein zur Anerkennung seiner geschöpflichen Möglichkeiten und Begabungen, aber auch zur Annahme und Akzeptanz seiner körperlichen, geistigen, sozialen und gesundheitlichen Grenzen.¹⁰⁰ Er gewinnt an Selbstachtung, weil er um Gottes Achtung und Liebe ihm gegenüber weiß. Ebenso gewinnt er an Demut, weil er die eigenen Grenzen anerkennen kann, und an innerer Weite und Freiheit, weil er sich durch die Grenzen nicht einengen lässt. So kann er befähigt werden, Einschränkungen auch als Charisma der besonderen Art wahrzunehmen und anzuerkennen¹⁰¹ und damit seiner speziellen Lebenskonstitution Sinn zu vermitteln. Christliche Spiritualität wird damit zu einer wichtigen Ressource für ein gesundes Selbstmanagement des Menschen und darüber hinaus zu einer Ressource für körperliches und seelisches Wohlbefinden.¹⁰²

Bucher beschreibt, bezogen auf die fünfte Komponente der von Emmons beschriebenen „spirituellen Intelligenz“, positive Einstellungen und Verhaltensweisen, die auch mit christlicher Spiritualität einher gehen und sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken. Zu ihnen gehören Hoffnung, Generativität, Vergeben und Verzeihen, Dankbarkeit und Gelassenheit.¹⁰³

Christliche Spiritualität, die in einem theologisch ausgewogenen positiven Gottesbild und einer vital-dynamischen Gottesbeziehung basiert, verfügt über eine Energiequelle für alle Bereiche menschlichen Lebens. Sie verfügt über Ressourcen, die heilsam für den Menschen als Leib-Seele-Geist-Einheit sind. Forschungen im Bereich von Religiosität und Gesundheit bestätigen einen signifikanten Zusammenhang.¹⁰⁴ Daneben gibt es aber auch Befunde, in der Religiosität mit negativen Auswirkungen beschrieben wird. Diese hängen oft mit negativen Gefühlen gegenüber Gott und dunklen belastenden Gottesbildern zusammen.¹⁰⁵

¹⁰⁰ Vgl. A.a.O., 29.

¹⁰¹ Vgl.Ebd.

¹⁰² Vgl. Bucher, Psychologie der Spiritualität, 100ff.

¹⁰³ Vgl. A.a.O., 122ff.

¹⁰⁴ Vgl. Utsch, Religiöse Fragen in der Psychotherapie, 157ff.

¹⁰⁵ Vgl. A.a.O., 159f.

Es wird zu klären sein, inwieweit die Ressourcen im Coaching genutzt werden können und wo ihre Grenzen sind.

3. Coaching

3.1 Einleitung

Coaching begann sich in Deutschland vor ungefähr 30 Jahren als „Beratung von Managern“ mit einer besonderen Fokussierung auf den beruflichen Kontext zu etablieren.¹⁰⁶ In den vergangenen 15 Jahren gab es eine explosionsartige Entwicklung auf diesem besonderen Praxisfeld. Allerdings findet sich diese nur im nordamerikanischen, europäischen und australischen Raum. 80% aller Business-Coaches weltweit finden sich hier. Auch wenn Coaching sich global weiter etabliert, gibt es dieses nicht flächendeckend, sondern eher punktuell in bestimmten Zentren. In über 50% der Länder dieser Welt hat sich Coaching überhaupt noch nicht sichtbar entwickelt.¹⁰⁷

Im nordamerikanischen und europäischen Kontext wurde von Anfang an auf ein methodisch begründetes Selbstverständnis verzichtet, was von Seiten der wissenschaftlichen Reflexion mit Kritik verbunden war. Inzwischen hat sich Coaching zu einem Container-Begriff entwickelt, der für differenzierte methodische Füllungen herhalten muss.¹⁰⁸ Konzepte aus der Psychologie, Psychotherapie, Soziologie, der Betriebswirtschaft oder Volkswirtschaft werden je nach Kontext mit einbezogen.¹⁰⁹ Außerdem ist Coaching zu einem Modewort avanciert, das in einer inflationären Art und Weise Anwendung findet¹¹⁰ und immer wieder auch mit überhöhten Erfolgsversprechen wirbt, wenn der Klient nur will.¹¹¹

Schon längst ist Coaching nicht mehr nur im beruflichen Kontext zu finden, sondern wird in unterschiedlichen Lebensbereichen angeboten. Um sich innerhalb des breiten Coachingangebotes abzugrenzen, werden unterschiedliche Bezeichnungen für das Coaching angeboten. So spricht man von Business-Coaching im Kontext des

¹⁰⁶ Vgl. Draht, Coaching und seine Wurzeln, 42.

¹⁰⁷ Vgl. Bresser, Tendenzen in der Coaching-Praxis und -Forschung weltweit, 192.

¹⁰⁸ Vgl. Geißler, Die inhaltsanalytische „Vermessung“ von Coachingprozessen, 95.

¹⁰⁹ Vgl. Schreyögg, Die Wissensstruktur von Coaching, 49, 55.

¹¹⁰ Vgl. Rauen, Coaching, 16.

¹¹¹ Vgl. Utsch, Management und Spiritualität, 4. / Utsch, Orientierung im Dschungel, 45.

beruflichen Umfeldes, von Exekutiv-Coaching für Personen im Top-Management großer Firmen oder von Life-Coaching im Bereich privater Lebensthemen. Diese Arbeit trifft keine spezifischen Unterscheidungen zwischen diesen Bezeichnungen. Ihre Unterschiede liegen im Kontext des Angebotes, der einer speziellen Klientel oder in den zu erwartenden Themen. In der Praxis gibt es aber oft Überschneidungen der Themenfelder. Das Anliegen ist es, Gemeinsamkeiten und Verbindendes in den Vordergrund meiner Betrachtungen zum Coaching zu stellen.

Coaching ist ein Beratungsformat, das mit anderen Formen der Beratung in Beziehung steht, sich aber auch von ihnen unterscheidet. Zu diesen Formen gehören Mentoring, Supervision, Psychotherapie und Seelsorge. Zu ihnen gibt es Gemeinsamkeiten und Unterschiede, die in der Literatur diskutiert werden.¹¹²

Coaching wird heute auch in unterschiedlichen Settings angeboten. Neben Einzelcoachings gibt es auch Coaching mit kleineren und größeren Gruppen. Im Rahmen dieser Arbeit wird der Fokus auf das Einzelcoaching gelegt, weil es in der Praxis den größten Raum einnimmt. Die inhaltlichen Ausführungen zu Verständnissen, Abläufen, Strukturen und Methoden sind kulturell im nordamerikanisch-europäischen und speziell im deutschsprachigen Raum verankert.

3.2 Begriffsbestimmung

Coaching hat eine lange begriffliche Tradition und eine atemberaubende Entwicklung in unterschiedlichen Phasen bis heute durchlaufen.¹¹³ Bis heute gibt es aber keine verbindliche Definition für Coaching, weil es auch „[...] keine einheitliche, allgemeinakzeptierte und verbindliche Festlegung bezüglich Inhalt und Form des Coaching [...]“¹¹⁴ gibt. Die nachfolgende Definition, die den weiteren Ausführungen zum Coaching voran gestellt wird, ist daher die subjektive Sicht des Verfassers, auch wenn dieser eklektisch Anleihen aus anderen Definitionsversuchen nimmt.

¹¹² Vgl. Lippmann, Coaching, 29ff.; Vgl. Rauen, Coaching, 65ff.; Vgl. Fiedler, Gott im Coaching?, 57ff.

¹¹³ Vgl. Böning/ Fritschle, Coaching fürs Business, 26ff.

¹¹⁴ Lippmann, Coaching, 40.

Coaching ist ein personen-, ziel- und ressourcenorientierter Beratungs- und Reflexionsprozess mit psychisch stabilen Menschen¹¹⁵, der als Gegenstand berufliche und private Inhalte umfassen kann. Die Beratung ist an einen klaren zieldefinierten Auftrag gebunden, auf einen bestimmten Kontext bezogen und immer zeitlich begrenzt. Basis ist eine auf Freiwilligkeit, Vertrauen und gegenseitiger Akzeptanz aufgebauten Beratungsbeziehung zwischen Coach und Klient.¹¹⁶ Coaching zielt auf die „[...] Flexibilisierung von Verhaltensmustern, der Weiterentwicklung von Persönlichkeit und dem Ausbau von Leistungsfähigkeit und Resilienz.“¹¹⁷ Dabei ist es das Anliegen des Coaches, sein Gegenüber so zu beraten, dass dieser nicht mehr auf ihn als Coach angewiesen ist.¹¹⁸ Der Coach verfügt über psychologische Kenntnisse und praktische Erfahrungen und je nachdem, in welchem Praxisfeld er tätig ist, auch über betriebswirtschaftliche und andere Kenntnisse. Ebenso hat der Coach ein klares, selbstreflektiertes Konzept seiner Beratung, welches er dem Klienten in transparenter Weise vermitteln kann.¹¹⁹

Coaching ist damit zuerst eine Prozess- und keine Expertenberatung.¹²⁰ Allerdings sind die Meinungen und Erwartungen diesbezüglich nicht ganz einheitlich.¹²¹ Grundsätzlich sind Prozess- wie auch Feldkompetenzen gut und sinnvoll.¹²² Prozesskompetenzen müssen auf jeden Fall vorhanden sein. Feldkompetenzen sind von Nutzen, je nach Anliegen, Person, Setting oder Situation. Ihr Einsatz am richtigen Platz und zur richtigen Zeit bedürfen aber der Sensibilität und Weisheit des Coaches. Weltweit gesehen hält sich das Verständnis von Coaching als Prozess- (nicht-direktives Coaching) oder Expertenberatung (direktives Coaching) die Waage.¹²³

¹¹⁵ Vgl. Migge, Handbuch Business-Coaching, 14.

¹¹⁶ Vgl. Rauen, Coaching, 64.

¹¹⁷ Draht, Coaching und seine Wurzel, 16.

¹¹⁸ Vgl. Loos, Partner in dünner Luft, 139.

¹¹⁹ Vgl. Rauen, Coaching, 64.

¹²⁰ Vgl. Migge, Handbuch Business-Coaching, 12.

¹²¹ Vgl. Whitmore, Coaching für die Praxis, 48.

¹²² Vgl. Rauen, Coaching, 149.

¹²³ Vgl. Bresser, Tendenzen in der Coaching-Praxis und -Forschung weltweit, 192.

3.3 Aufgaben des Coaches

Die Kernaufgabe des Coaches ist die Schaffung eines von Vertrauen und Akzeptanz geprägten Dialog-Raumes, der eine zielgerichtete, kreative, lösungs- und ressourcenorientierte Reflexion einer aktuellen problembehafteten Situation ermöglicht und in diesem Prozess dem Klienten das Wissen über sich selbst und seine Handlungskompetenz erweitert und vertieft. Damit sind zwei Aufgabenbereiche abgesteckt. Eine Aufgabe umfasst die Beziehungsgestaltung und die andere die Prozessgestaltung. Beide Aufgaben sind nicht voneinander zu trennen, sondern bedingen und ergänzen sich, ja überlappen sich sogar.

Die Aufgabe der Beziehungsgestaltung¹²⁴ umfasst die Verantwortung für den Aufbau, die Aufrechterhaltung und den Ausstieg aus der Beratungsbeziehung. Eine gute Beratungsbeziehung lebt von Vertrauen, gegenseitiger Akzeptanz und Freiwilligkeit. Sie sind die Kernbedingungen des Coaching. Der Coach wird daher alles von seiner Seite aus tun, damit Vertrauen wachsen kann und sein Gegenüber Akzeptanz erfährt. Zuhören können, Einfühlungsvermögen, die Fähigkeit, Nähe zuzulassen ohne emotionale Verschmelzung mit dem Gegenüber, eigene Grenzen und Schwächen nicht verbergen, ehrliche und konkrete Wertschätzung und auch Transparenz in der Methodik sind dabei hilfreiche Unterstützer. In all dem achtet der Coach auch auf symmetrische Kommunikationsstrukturen zwischen ihm und dem Klienten.

Die zweite Aufgabe ist die der Prozessgestaltung.¹²⁵ Sie basiert auf der Beziehung zwischen Coach und Klient. Hierbei geht es um die Steuerung des Einstieges, der Aufrechterhaltung und des Ausstieges aus dem Prozess. Die Steuerung betrifft die einzelne Coachingsitzung wie den Prozess aller zum Coaching gehörenden Sitzungen. Der Coach unterstützt und ermutigt den Klienten, in eigene Reflexionsprozesse einzusteigen, seine Situation aus anderen Perspektiven zu sehen, Strategien zu entwickeln, Handlungskompetenzen zu erweitern, Zusammenhänge zu verstehen und eigene Lösungen zu finden. In all dem ist der Coach Begleiter und Resonanzraum des Klienten.

¹²⁴ Vgl. Collatz/ Sachse, Klärungsorientiertes Coaching, 28ff.

¹²⁵ Vgl. Rauen, Coaching, 54.

3.4 Phasen des Coaching

Coaching als Prozessberatung besteht aus unterschiedlichen Phasen, die durch den Coach gesteuert werden. In der Regel gehören folgende Phasen dazu:¹²⁶

- A) Wahrnehmen des Bedarfs
- B) Kontaktaufnahme und Erstgespräch
- C) Vertragsabschluss
- D) Klärung der Ausgangssituation
- E) Zielbestimmung
- F) Interventionen
- G) Evaluation
- H) Abschluss

Im Coachingprozess können einzelne Phasen auch variieren. So ist es z.B. möglich, dass sich während des Coaching Zielbestimmungen auf Grund neuer Einsichten relativieren können und neu definiert werden müssen. Auf weitere Details der einzelnen Phasen möchte ich nicht weiter eingehen. Sie werden durch Rauen¹²⁷ und Lippmann¹²⁸ näher beschrieben. Darüber hinaus finden sich bei Migge¹²⁹ hilfreiche Fragestellungen und bei Theuretzbacher und Nemetschek¹³⁰ Impulse zu Bodenbildern für die Klärung der Ausgangssituation. Storch¹³¹ und Whitmore¹³² geben wichtige Impulse bei der zentralen Aufgabe der Zielfindung.

Im Bereich von Unternehmen laufen die Prozesse noch etwas differenzierter und oft auch komplexer ab, weil neben dem Coach und dem Klienten meist auch noch andere Personen wie Vorgesetzte und Verantwortliche der Personalabteilung in den Prozess einbezogen sind. Gerade hier muss der Coach darauf achten, dass die Freiwilligkeit gewährleistet ist. Da bei mehreren Interessengruppen unterschiedliche Ziele für das Coaching definiert werden können, muss der Coach darauf achten, dass

¹²⁶ Vgl. A.a.O., 162.

¹²⁷ Vgl. Rauen, Coaching, 164ff.

¹²⁸ Vgl. Lippmann, Coaching, 35ff.

¹²⁹ Vgl. Migge, Handbuch Business-Coaching, 79.

¹³⁰ Vgl. Theuretzbacher/ Nemetschek, Coaching und Systemische Supervision, 80.

¹³¹ Vgl. Storch, Motto-Ziele, S.M.A.R.T.-Ziele und Motivation, 185ff.

¹³² Vgl. Whitmore, Coaching für die Praxis, 61.

ein für alle Parteien verständener und tragfähiger Kompromiss gefunden sowie offen und transparent für alle kommuniziert wird.¹³³

Bei Verträgen im beruflichen Kontext sind auch mit aufzunehmen die Art der Zusammenarbeit der beteiligten Parteien (Unternehmensvertreter, Coach, Klient), Aufzeichnung und Einsichtspflichten, Berichtsvereinbarungen, Rechte und Pflichten der Vertragspartner.¹³⁴

3.5 Wirkfaktoren im Coaching

Die Frage danach, wie und wodurch Coaching wirkt, ist eine sehr junge Frage. Erst in den letzten 10 Jahren begann man sich darüber intensiver auseinanderzusetzen.

Die Forschung steckt somit noch in ihren Anfängen.¹³⁵ In der Regel wurde im Coaching bisher immer auf Grundlagentheorien aus differenten Hintergründen zurückgegriffen.¹³⁶ Zu diesen Theorien gehört z.B. die Zielsetzungstheorien von Locke und Latham.¹³⁷ Weitere Theorien werden im „Evidence Based Coaching Handbook“ von Stober und Grant¹³⁸ und im „Handbook of Coaching Psychology“ von Palmer und Whybrow¹³⁹ genannt.

Für den Bereich der Psychotherapie hat Grawe¹⁴⁰ auf Grund von Meta-Analysen vier therapieschulenübergreifende Wirkfaktoren gefunden. Zu ihnen zählen die:

A) Problemaktualisierung. Sie meint die Vergegenwärtigung der Probleme und erlebten Emotionen im therapeutischen Prozess.

B) Ressourcenaktivierung. Sie beinhaltet auf der Basis einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Therapeut und Klient ein Erkennen und Nutzen eigener Stärken und Fähigkeiten sowie der Unterstützung durch die Umgebung.

¹³³ Vgl. Offermanns/ Steinhübel, Coachingwissen für Personalverantwortliche, 41.

¹³⁴ Vgl. Migge, Business-Coaching, 76.

¹³⁵ Vgl. Greif, Grundlagentheorien und praktische Beobachtungen zum Coachingprozess, 131.

¹³⁶ Vgl. A.a.O., 132.

¹³⁷ Locke, F./ Latham G.: Goalsetting: A motivational technique that works, New York 1984.

¹³⁸ Stober, D.R./ Grant, A.M. (Hg): Evidence Based Coaching Handbook. Putting Best Practices to Work for Your Clients, New York 2006.

¹³⁹ Palmer, S./ Whybrow, A. (Hg): The Handbook of Coaching Psychology. A Guide for Practitioners, London 2007.

¹⁴⁰ Grawe, K./ Donati, R. u.a: Psychotherapie im Wandel: von der Konfession zur Profession, Göttingen 1994.

C) Motivationale Klärung. Hierbei geht es um ein Bewusstmachen der Auswirkungen des Verhaltens und Erlebens auf die bewussten und unbewussten Ziele des Klienten und seines Umfeldes sowie die kontinuierliche Reflexion der Beziehungen zwischen den Zielen.

D) Problembewältigung. Es geht dabei um eine handlungsorientierte Problemlösung, die Umsetzung konkreter Maßnahmen und die Unterstützung bei der Zielerreichung. Diese Wirkfaktoren wurden auf Grund ihrer sehr allgemeinen Formulierung oft auch zur Erklärung für Coachingwirkungen verwendet.¹⁴¹

In den letzten Jahren wurden auch für den Bereich des Coaching Wirkfaktoren beschrieben. Zu ihnen gehören die Arbeiten von Wissemann¹⁴² und Greif.¹⁴³ Wissemann nennt für das Coaching folgende Wirkfaktoren:¹⁴⁴

- A) Unterscheidung zwischen dem Bedarf nach Klärung und der Umsetzung einer Lösung (Problembewältigung)
- B) Ressourcenorientierung
- C) Bedürfnisorientierung
- D) Feldkompetenz
- E) Fachgerechte und souveräne Anwendung der Interventionsmaßnahme

Greif beschreibt sieben Wirkfaktoren.¹⁴⁵ Zu ihnen gehören:

- A) Wertschätzung und emotionale Unterstützung des Klienten durch den Coach
- B) Affektreflexion und -kalibrierung
- C) Ergebnisorientierte Problemreflexion
- D) Ergebnisorientierte Selbstreflexion
- E) Zielklärung
- F) Ressourcenaktivierung und Umsetzungsunterstützung
- G) Evaluierung des Coaching im Verlauf (Gemeint ist ein vom Coach eingefordertes Feedback oder eine spontane positive Bewertung durch den Klienten.)

¹⁴¹ Vgl. Greif, Grundlagentheorien und praktische Beobachtungen zum Coachingprozess, 133.

¹⁴² Wissemann, Mathis: Wirksames Coaching. Eine Anleitung, Bern 2006.

¹⁴³ Greif, Siegfried: Coaching und ergebnisorientierte Selbstreflexion. Theorie, Forschung und Praxis des Einzel- und Gruppencoachings, Göttingen 2008.

¹⁴⁴ Wissemann, Wirksames Coaching, 19ff.

¹⁴⁵ Greif, Coaching und ergebnisorientierte Selbstreflexion, 146ff.

Eine vertiefte Auseinandersetzung und Reflexion zu den unterschiedlichen Wirkfaktorenmodellen findet sich bei Wechsler.¹⁴⁶

3.6 Zusammenfassung

Coaching hat sich vor allem im europäischen und nordamerikanischen Kontext zu einem beliebten Beratungsformat entwickelt, das inzwischen weit über den beruflichen Kontext hinaus reicht. Diese Expansion und der Verzicht auf methodisch begründetes Selbstverständnis führte zu einer inflationären Anwendung des Begriffs Coaching. Auch wenn es keine einheitliche Definition für das Coaching gibt, so geht es im Kern um einen aus mehreren Phasen bestehenden personen-, ziel- und ressourcenorientierten Beratungs- und Reflexionsprozess mit psychisch stabilen Menschen. Zu den Kernaufgaben des Coaches gehören dabei die Gestaltung der Beziehung zum Klienten und die des gesamten Prozesses. Coaching wirkt. Was aber wie wirkt, wird erst seit wenigen Jahren reflektiert und erforscht.

4. Ansätze der Psychotherapie mit Spiritualität

4.1 Einleitung

Nach einer einführenden Darstellung christlicher Spiritualität und des Coaching wendet sich der Fokus dieser Arbeit zweier psychotherapeutischer Ansätze und ihrer Erfahrung mit Spiritualität zu. Der Einbezug von Spiritualität in Teilen psychologischer und psychotherapeutischer Ansätze hat eine längere Geschichte, die im westeuropäischen Kontext allerdings erst in den letzten 15 Jahren durch integrative Psychotherapiemodelle eine wirkliche Öffnung auf seriöser Grundlage erfahren hat.¹⁴⁷

Seit ihrem Entstehen vor über 100 Jahren war die Psychotherapie in ihrem Verständnis und ihrer Methodik agnostisch, aufgeklärt und religionskritisch.¹⁴⁸ Sigmund Freuds Schrift „Die Zukunft einer Illusion“ aus dem Jahre 1927 ist dafür beispielhaft. Im Laufe der folgenden Jahrzehnte gab es Wegbereiter, die Religion konstruktiv für das menschliche Wohlbefinden sahen und dafür plädierten, diese in

¹⁴⁶ Wechsler, Wirkfaktoren in Coachingtools unter der Lupe, 37-57.

¹⁴⁷ Vgl. Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 127.

¹⁴⁸ Vgl. A.a.O., 126f.

den therapeutischen Prozess einzubeziehen. C.G. Jung vertrat die Auffassung, dass fast alle psychischen Probleme eine religiöse Dimension besitzen. Auch Viktor Frankl und Carl Rogers sahen in der Religion einen existenziellen Wert für das Coping.¹⁴⁹

In vielen psychotherapeutischen Schulen wird dem Phänomen der menschlichen Spiritualität Aufmerksamkeit geschenkt.¹⁵⁰ Es hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass etwas glauben zu können bedeutsam für die psychische und körperliche Gesundheit ist. Der Glaube gibt auf die Fragen nach dem Sinn (Wozu?), der Schuld (Warum?) und dem Tod (Wohin?) eine Antwort. Darauf - darin besteht weitgehend ein Konsens - kann die Psychologie keine Antwort geben.¹⁵¹

Heute gibt es umfangreiche Forschungen und empirische Erkenntnisse auf dem Gebiet von seelischer Gesundheit und Spiritualität, die der Spiritualität eine große Bedeutung zuschreiben.¹⁵² Nach Mödes Einschätzung ist zwar noch keine „transzendente Wende“ - wie sie Frankl postulierte - eingetreten, aber in jedem Fall „[...] eine Wendung der Psychologien und akkreditierten Psychotherapien zum Transzendenten.“¹⁵³

In der Praxis lassen sich in Deutschland allerdings bis heute kaum systematisch ausgearbeitete Ansätze finden, die spirituelle/religiöse Aspekte in die Psychotherapie aufgenommen haben. Es fehlt an verbindlichen professionellen Leitlinien und Praxisstandards. Auch eine systematische Einbeziehung dieser Themenbereiche im Rahmen der Ausbildungscurricula steht nach wie vor aus.¹⁵⁴

Trotz der hohen Ambivalenz zwischen klinischer Forschung und praktischer Umsetzung von Erkenntnissen zur Spiritualität als Ressource für die menschliche Gesundheit können die gewonnen Erkenntnisse auch für den Bereich des Coaching bedeutsam sein. Es gibt Beobachtungen, dass sich Führungskräfte für Fragen zu Sinnfindung, Werteorientierung und Spiritualität interessieren und entsprechende

¹⁴⁹ Vgl. Richard/ Freund, Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie, 202.

¹⁵⁰ Vgl. Utsch, Spiritualität in der psychiatrisch-psychotherapeutischen Praxis, 37.

¹⁵¹ Vgl. A.a.O., 36.

¹⁵² Vgl. Klein/ Albani, Religiosität und seelische Gesundheit, 220ff.

¹⁵³ Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 127f.

¹⁵⁴ Vgl. Hofmann, Spirituelle oder religiöse Orientierung, 174.

Anliegen zunehmend ins Coaching eingebracht werden.¹⁵⁵ Es gibt aber auch viele Widerstände, sich dem Bereich der menschlichen Spiritualität in einer seriösen interdisziplinären Weise zu öffnen. Migge spricht davon, dass Coaches dadurch bei mindesten 50% ihrer Klienten wesentliche Ressourcen ungenutzt lassen und eine wesentliche Quelle für Verunsicherung ausblenden.¹⁵⁶

Eine Reflexion und Auseinandersetzung mit den Erkenntnissen psychotherapeutischer Ansätze im Dialog mit der Spiritualität sowie der Einbezug von Ergebnissen aus der Forschung zu Gesundheit und Spiritualität könnten eine Brücke werden, zu einem Coaching, das die transzendente Dimension menschlichen Lebens und ihrer Ressourcen bewusst in den Coachingprozess einbezieht.

In einem ersten Teil werden die anthropologischen Verständnisse der therapeutischen Ansätze von Viktor E. Frankl und Virginia Satir skizziert. Anthropologische Verständnisse gehören zu den Grundlagen jeder Psychotherapie und verweisen darauf, wie der Mensch gesehen und wahrgenommen wird. Des Weiteren sind sie für die strategische Handlungskonzeption und die Grenzziehung von Handlungen bedeutsam.¹⁵⁷ Impliziert sind dabei immer auch transzendente Vorstellungen,¹⁵⁸ auch dort, wo von Transzendenz nicht ausdrücklich gesprochen wird.

In einem zweiten Teil werden die Ergebnisse zusammengefasst und der Frage nach der Beziehung zwischen christlicher Spiritualität und dem Verständnis von Spiritualität aus den therapeutischen Ansätze nachgegangen.

4.2 Therapeutische Ansätze

4.2.1 Die Logotherapie von Viktor E. Frankl

4.2.1.1 Einführung

Der Neurologe und Psychiater Viktor E. Frankl (1905-1997) begründete die Logotherapie/ Existenzanalyse in den dreißiger Jahren des 20. Jahrhunderts als eigenständigen Ansatz gegenüber der Psychoanalyse Sigmund Freuds und der

¹⁵⁵ Vgl. Hänsel, Die Spirituelle Dimension, 28.

¹⁵⁶ Vgl. Migge, Spiritualität im Coaching, 201.

¹⁵⁷ Vgl. Nauer, Seelsorge, 110.

¹⁵⁸ Vgl. Pannenberg, Anthropologie in theologischer Perspektive, 67.

Individualpsychologie Alfred Adlers. Sie wird auch als dritte Wiener Schule der Psychotherapie bezeichnet.¹⁵⁹ Steht bei Freud der Wille zur Lust und bei Adler der Wille zur Macht im Mittelpunkt der Betrachtung des Menschen, so ist es bei Frankl der Wille zum Sinn, welchen er im wissenschaftlichen Menschenbild unberücksichtigt sieht. „Willen zum Sinn nennen wir einfach das, was da im Menschen frustriert wird, wann immer er dem Sinnlosigkeits- und Leeregefühl anheimfällt.“¹⁶⁰ Frustriert wird der Sinn, auf den sich ein Mensch ausgerichtet hat, verpflichtet fühlt und Verantwortung empfindet.

Damit nimmt Frankl beim Menschen hinter seinen körperlichen Symptomen nicht nur dessen seelischen Ursachen wahr, sondern sieht den Menschen auch in seiner geistigen Dimension und Not.¹⁶¹ In der geistigen Dimension sieht er zugleich auch das spezifisch Humane des Menschen. In dieses inbegriffen ist neben der Selbsttranszendenz und Selbstdistanzierung auch seine Religiosität.¹⁶²

Die Logotherapie möchte daher in ihrer therapeutischen Arbeit mit dem Menschen etwas Geistiges bewusst machen, nämlich das menschliche Ich mit seinem Suchen nach Sinn. Letztes Ziel ist dabei, den Menschen zum Bewusstsein seines Verantwortlichseins für einen Sinn in seiner je eigenen gegenwärtigen Lebenssituation zu bringen.

4.2.1.2 Anthropologische Grundannahmen der Logotherapie

In der nun folgenden Darstellung werden einige ausgewählte Aspekte aus dem Menschenbild der Logotherapie herausgegriffen. Weitere Aspekte finden sich in Frankls Buch „Ärztliche Seelsorge“.¹⁶³

Für Frankl ist der Mensch ein Leidender, ein Homo patiens.¹⁶⁴ Diese Sicht grenzt sich zum modernen Bild des Menschen ab, dessen Ziel die Überwindung von Tod und Leid ist. Statt Leid und Tod immer mehr aus dem Leben zu verdrängen, plädiert Frankl dafür, Leiden zu wagen. Das aber nur dann, wenn es unabänderlich ist. Gibt

¹⁵⁹ Vgl. Frankl/ Kreuzer, Im Anfang war der Sinn, 14.

¹⁶⁰ A.a.O., 84.

¹⁶¹ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 36.

¹⁶² Vgl. Frankl/ Kreuzer, Im Anfang war der Sinn, 14.

¹⁶³ Frankl, Ärztliche Seelsorge, 330-340.

¹⁶⁴ Vgl. Frankl, Der leidende Mensch, 208.

es stattdessen eine Möglichkeit, die leidvolle Situation zu ändern, dann sollte es der Mensch tun. „Wenn Leben überhaupt einen Sinn hat, dann muss auch Leiden einen Sinn haben.“¹⁶⁵ Somit geht die Logotherapie davon aus, dass der Mensch die Fähigkeit besitzt, in jeder Situation, auch in einer leidvollen, Sinn zu finden und diesen in die Praxis umzusetzen.

Für die Logotherapie liegt das Wesen menschlicher Existenz in deren Selbsttranszendenz.¹⁶⁶ Selbsttranszendenz meint die menschliche Ausrichtung und Hinordnung auf jemanden oder etwas, das außerhalb seiner selbst liegt. Das kann eine Aufgabe sein, dem sich der Mensch widmet, ein Mensch, den er liebt oder ein Gott, dem er dient.

„Selbsttranszendenz markiert das fundamental-anthropologische Faktum, daß menschliches Dasein immer auf etwas verweist, das nicht wie er selbst ist - auf etwas oder auf jemanden, nämlich entweder einen Sinn, den es zu erfüllen gilt, oder aber auf mitmenschliches Dasein, dem es begegnet. Wirklich Mensch wird der Mensch also erst dann, und ganz er selbst ist er nur dort, wo er in der Hingabe an eine Aufgabe aufgeht, im Dienst an einer Sache oder in der Liebe zu einer anderen Person sich selbst übersieht und vergisst.“¹⁶⁷

Des Weiteren sieht die Logotherapie menschliches Sein als ein Verantwortlichsein (Existenz) als eines geistigen und nicht nur triebhaften Geschehens. Das geistige Geschehen ist wesentlich unbewusst, aber auch bewusst.¹⁶⁸ Es ist zentriert um die Mitte der „geistigen“ Person. Sie ist das Zentrum, um das sich Leib und Seele gruppieren und sie stiftet Einheit und Ganzheit des menschlichen Wesens.

Aus diesem Hintergrund sieht Frankl den Menschen auch als eine Leib-Seele-Geist-Einheit. Nur von einer Leib-Seele-Ganzheit zu sprechen, würde aus seiner Sicht nicht den ganzen Menschen darstellen. Immer gehört das Geistige als das Eigentliche des Menschen hinzu.¹⁶⁹ Es ist die Wurzel des menschlichen Erkennens von Sinn im Leben. Auch die Fähigkeit eines Menschen, Stellung zu körperlichen und seelischen Geschehnissen zu nehmen, aber auch sich von diesen abzugrenzen, hat im Geistigen des Menschen seine Quelle. Hier hinzu gehört auch die Fähigkeit und Freiheit des

¹⁶⁵ Frankl, Die Sinnfrage in der Psychotherapie, München, 70.

¹⁶⁶ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 54.

¹⁶⁷ Frankl/ Kreuzer, Im Anfang war der Sinn, 78.

¹⁶⁸ Vgl. Frankl, Der unbewusste Gott, 15f.

¹⁶⁹ Vgl. A.a.O., 18f.

Menschen, sich zu entscheiden, sei es für oder gegen etwas. Damit wird der Mensch verantwortlich für seine Entscheidungen. Der Verantwortlichkeit ist immer auch die Freiheit des Wozu dem Menschen gegeben.¹⁷⁰

Das Geistige ist im Ursprung ein unreflektierter und damit auch unbewusster Vollzug. Damit gibt es nicht nur ein triebhaftes Unbewusstes, sondern auch ein geistiges Unbewusstes. Dazu wiederum gehört die unbewusste Religiosität als angeborene, oft verdrängte¹⁷¹ Beziehung des Menschen zur Transzendenz, die nach Ansicht Frankls aus der Mitte des Menschen, aus der Person, hervortritt.¹⁷² Unbewusste Religiosität bedeutet eine unbewusste Gottbezogenheit des Menschen als einer anscheinend immanenten, wenn auch meistens im Hintergrund bleibenden Beziehung zum Transzendenten.¹⁷³

Die Transzendenz ist der wichtigste Bezugspunkt des Menschen. Nur von ihr her begreift sich die Person und nur in dem Maße ist der Mensch ein Mensch, wie er sich von der Transzendenz her versteht.¹⁷⁴ Das Gewissen ist die Stimme oder besser „[...] das Du-Wort der Transzendenz“.¹⁷⁵ Es reicht in unbewusste Tiefen hinab und wurzelt im unbewussten Grund.¹⁷⁶ Man kann sagen, es ist eine Art prälogisches Werteverständnis, das aller menschlichen Moral vorgängig ist.¹⁷⁷ Das Gewissen ist nicht mit der Stimme Gottes zu verwechseln, auch wenn ein gläubiger Mensch darin das Reden Gottes zu vernehmen meint. Es ist ein immanent-psychologisches Faktum, was auf Transzendenz verweist,¹⁷⁸ aber nicht transzendent ist. Darum ist es endlich, fehlbar und kann in die Irre führen.¹⁷⁹ Den Menschen unterstützt es aber darin, Sinn in einer konkreten Lebenssituation zu finden.

¹⁷⁰ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 335.

¹⁷¹ Vgl. Frankl, Der unbewusste Gott, 38.

¹⁷² Vgl. A.a.O., 50.

¹⁷³ Vgl. A.a.O., 47.

¹⁷⁴ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 339.

¹⁷⁵ Vgl. Frankl, Der unbewusste Gott, 44.

¹⁷⁶ Vgl. A.a.O., 23.

¹⁷⁷ Vgl. Ebd.

¹⁷⁸ Vgl. A.a.O., 40.

¹⁷⁹ Vgl. A.a.O., 71.

Frankl unterscheidet zwischen Sinn und Werte. Ein Wert stellt einen universalen Sinn dar.¹⁸⁰ Dieser hat sich für Menschen über die Jahrhunderte hin entwickelt und gefestigt, wie zum Beispiel der Wert des Helfens. Um Werte zu leben, benötigt der Mensch einen konkreten anderen Menschen und eine konkrete Situation. Die konkrete Situation transformiert einen allgemeinen Wert in eine einzigartige Möglichkeit zur Sinngebung. „Sinn meint also etwas einmalig und einzigartig Wertvolles, welches in einer speziellen Situation für eine bestimmte Person aufscheint. Sinn erscheint unter der Gestalt einer Möglichkeit, welche ergriffen und verwirklicht werden kann oder nicht.“¹⁸¹

Es gibt drei Wege, wie ein Mensch Sinn finden kann.¹⁸² Der erste Weg ist der, etwas zu tun oder zu schaffen. Ein zweiter Weg besteht darin, etwas zu erleben. Das geschieht in der Natur, der Kunst, der Kultur sowie in einer Beziehung und in der Liebe zu jemanden. Der dritte Weg ist der Weg der Einstellung. Hier geht es darum, einer unvermeidlichen und hoffnungslosen Lebenssituation, der man hilflos ausgesetzt ist, einen Sinn abzurufen. Dies kann man allerdings nur in einer bestimmten Haltung und Einstellung der Situation gegenüber.

Darüber hinaus spricht die Logotherapie auch von einem Über-Sinn.¹⁸³ Dieser ist allerdings für das Reservat des Glaubens bestimmt, da die Logotherapie dazu nichts sagen kann. Aber im Sinne des Kantschen Postulats der Vernunft erkennt sie einen Über-Sinn an und schlussfolgert, dass er eine Denknötwendigkeit und trotzdem zugleich eine Denkmöglichkeit darstellt.¹⁸⁴ Glaubt ein Mensch an einen Über-Sinn, dann ist dieser Glaube von größter psychotherapeutischer und psychohygienischer Bedeutung. „Er ist schöpferisch. Als echter Glaube innerer Stärke entspringend, macht er stärker. Für solchen Glauben gibt es letzten Endes nichts Sinnloses.“¹⁸⁵

¹⁸⁰ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 89f.

¹⁸¹ Steiner, Der endliche Mensch konfrontiert mit dem Unendlichen, 71.

¹⁸² Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 92.

¹⁸³ Vgl. A.a.O., 72.

¹⁸⁴ Vgl. Ebd.

¹⁸⁵ A.a.O., 75.

Insgesamt lässt sich nachweisen, dass die Höhe der Sinnorientierung des Menschen für dessen Lebensbewältigung von großer Bedeutung ist. Das Basistheorem der Logotherapie formuliert es so: „Sinkt die Sinnorientierung des Menschen ab, verschlechtert sich seine allgemeine Psychohygiene und es steigt die Anzahl der Frustrationswirkungen; verbessert sich seine Sinnorientierung, so steigt auch seine Fähigkeit, zu jeder Erfolgsposition im Leben eine positive Einstellung zu entwickeln.“¹⁸⁶ Den Über-Sinn sieht Frankl als psychotherapeutisch und psychohygienisch bedeutsam. „Als echter Glaube innerer Stärke entspringend, macht er stärker. Für solchen Glauben gibt es letzten Endes nichts Sinnloses.“¹⁸⁷

Im Verständnis der Logotherapie ist der Mensch religiös. Es ist eines seiner menschlichsten Seins-Merkmale. Die Frage des Menschen nach dem Sinn einer Situation oder des gesamten Lebens ist damit eng verbunden. Der Mensch hat einen Willen zum Sinn. Auf diesen Hintergrund gehört die Religiosität des Menschen als eine mögliche Ressource in den therapeutischen Prozess der Logotherapie. Ähnlich ist es bei Virginia Satirs Wachstumsmodell und den dahinterstehenden anthropologischen Grundannahmen.

4.2.2 Das Wachstumsmodell von Virginia Satir

4.2.2.1 Einleitung

Virginia Satir entwickelte Anfang der 1960er Jahre die Familientherapie, die im Lauf der Jahre schrittweise erweitert wurde. Ihr Ansatz wird zur humanistischen Psychologie¹⁸⁸ gezählt. Zentrum ihrer Therapie ist ein umfassendes Wachstumsmodell für alle Menschen, dessen Wurzeln in der humanistischen Philosophie liegen, aber auch darüber hinaus gehen. Satir ging davon aus, dass jeder Mensch über innere Ressourcen und Wahlmöglichkeiten verfügt und so die Möglichkeit besitzt, sein Verhalten zu ändern. Ziel ihrer Arbeit war es,

„[...] den Menschen zu helfen, ihre ‚Weisheitsdase‘ zu finden – ihr Selbstwertgefühl, ihre Hoffnung, ihr Sich-Selbst-Akzeptieren, ihr Gefühl persönlicher Befähigung [...] und ihre Fähigkeit, Verantwortung zu

¹⁸⁶ Lukas, Validierung der Logotherapie, 245.

¹⁸⁷ Frankl, Ärztliche Seelsorge, 75.

¹⁸⁸ Vgl. Schlippe/ Schweitzer: Lehrbuch, 24.

übernehmen und zwischen verschiedenen Möglichkeiten zu wählen. [...] Sie half den Menschen dabei, ihre Ressourcen zu entdecken und ihre Fähigkeit, Entscheidungen auf der Grundlage eines starken Selbstwertgefühls zu treffen.“¹⁸⁹

Grundlegend für ihre Arbeit war dabei ihr Menschenbild und ihre Philosophie.

4.2.2.2 Das Menschenbild und die Philosophie Virginia Satirs

In Satirs Wachstumsmodell gibt es nach Loeschen und Strehl¹⁹⁰ fünf anthropologische Annahmen.

A) Die Stärkung des Selbstwertes ist die Grundlage für die Entwicklung kongruenten Verhaltens.

Für Satir ist der Mensch im Grunde seines Wesen gut und konstruktiv.¹⁹¹ Er ist Teil des universellen Ganzen¹⁹² und Manifestation einer universellen Lebensenergie. Der Mensch ist göttlichen Ursprungs und auf Grund dessen etwas Besonderes. Er ist ein spirituelles Wesen in menschlicher Form. Entscheidend für den Erfolg und die Erfüllung eines menschlichen Leben ist es daher, mit dieser universellen Lebensenergie in Verbindung zu treten und sie als wahr zu akzeptieren.¹⁹³

Der Mensch ist für Satir ein Wunder, der es wert ist, geliebt zu werden. In ihm sind viele Ressourcen vorhanden, die es zu entdecken und zu nutzen gilt. Sie stärken den Selbstwert des Menschen und eröffnen ihm bei einer freien Verfügung der Ressourcen einen Zugang zu seinem inneren Kern und eigentlichen Wesen. Aus diesem Blickwinkel her gesehen war die Entwicklung des Selbstwertes auch eines der wichtigsten Faktoren von Satirs therapeutischer Arbeit.

B) Förderung ist eine wichtige Voraussetzung für Wachstum

Der Mensch möchte wachsen und sich entfalten.¹⁹⁴ Auf dem Hintergrund dieser Grundannahme zum Menschen verglich Satir das Leben eines Menschen mit einer

¹⁸⁹ Satir, Das Satir-Modell, 20.

¹⁹⁰ Loeschen/ Strehl, Der Satir-Prozess, 13-18. Folgende Ausführungen beziehen sich weitestgehend auf die Ausführungen von Loeschen und Strehl. Weitere Quellen sind gekennzeichnet.

¹⁹¹ Vgl. Satir; Baldwin: Familientherapie in Aktion, 152.

¹⁹² Vgl. Satir, Das Satir-Modell, 99.

¹⁹³ Vgl. Satir, Kommunikation – Selbstwert – Kongruenz, 430.

¹⁹⁴ Vgl. Satir: Familienbehandlung, 117.

Pflanze. Damit die Pflanze wachsen kann, benötigt sie eine gute und fruchtbare Umgebung. Diese zu ermöglichen, ist Aufgabe eines Menschen für den anderen. Sie ist gekennzeichnet durch die Erfahrung von Wertschätzung, die dem Menschen Geborgenheit und Sicherheit vermitteln. Auf diesem Hintergrund bedeutet Förderung, einem Menschen Respekt und Achtung zu schenken. Das Wunder des Menschen ist dessen Einzigartigkeit. Daher heißt Förderung auch die Vermittlung, dass alle Menschen gleich viel wert sind, egal welcher Rasse, Hautfarbe, welchen Geschlechts, welcher Position oder welchen Alters sie sind.

C) Bewusstheit ist der erste Schritt zur Veränderung

Nach Satirs Ansicht fehlt dem Menschen meist der Kontakt zu sich selbst. Der Zugang zum Selbst ist blockiert, und dadurch wird der Selbstwert eines Menschen verringert. Diese Blockade durch das Schaffen von Bewusstheit aufzulösen und dem Menschen einen freien Zugang zu seinem eigentlichen Wesen zu ermöglichen, war daher für Satir eine wichtige Aufgabe. Mit dem Zugang zum eigentlichen Wesen wird eine große Energie freigesetzt, die Menschen zum Wachstum und zur Veränderung befähigen. Auf dem Hintergrund, dass das eigentliche Wesen göttlichen Ursprungs ist, wird mit dem Auflösen der inneren Blockade der Zugang zur universalen Lebensenergie frei. Sie wird zur wichtigen Kraftquelle, die das Wachstum steuert und die Energie bereithält, die ein Mensch für seine Entwicklung benötigt. Daher ist es für den Menschen von Bedeutung, in Harmonie mit dieser transzendenten Lebenskraft zu kommen.¹⁹⁵ Die Spiritualität des Menschen ist dafür die Grundlage.

D) Die Akzeptanz sowohl der eigenen Person als auch anderer ist entscheidend für den Heilungs- bzw. Entwicklungsprozess

Akzeptanz und Gewahrsein des Selbst mit allen spirituellen, kontextuellen, nutritiven, interaktionellen, sinnlichen, emotionalen, intellektuellen und physischen Gegebenheiten des Menschen ist Voraussetzung für Veränderung und daraus folgend

¹⁹⁵ Vgl. Satir, Das Satir-Modell, 98f.

für Heilung und Ganzwerdung der Person. Sie setzt die Energie frei, die dafür nötig ist. Nichtakzeptanz bindet diese Energie und hindert den Heilungsprozess.

Ob ein Mensch sich und andere akzeptiert oder nicht, entnahm Satir aus dessen Kommunikation. Eine gesunde Selbstakzeptanz wird darin deutlich, dass der Mensch auch in einer akzeptierenden und fördernden Art und Weise mit sich kommuniziert. Wertschätzung zeigen und eine gemeinsame Übereinkunft zum Menschsein sind Kennzeichen der Akzeptanz anderer Menschen. Darin eingeschlossen ist die Fähigkeit, hinter dem aktuellem Verhalten von Menschen die positiven Intentionen zu sehen.

Sind Menschen in ihrem Verhalten abnorm und böse, wird ihr Verhalten als verrückt oder dumm bezeichnet, sieht Satir dahinter den Versuch eines gekränkten und verletzten Menschen, hilferufend auf sein inneres Chaos aufmerksam zu machen.¹⁹⁶

E) Veränderung ist immer möglich

Das Verhalten des Menschen ist aus Satirs Sicht in großen Teilen angelernt. Damit ist auch ein kongruentes Verhalten und Kommunizieren des Menschen lernbar.

Widerstände im Veränderungsprozess sind für Satir Schutzmechanismen, um dem Risiko des noch Unbekannten auszuweichen. Diese können aber überwunden werden, indem die Persönlichkeitsanteile gestärkt werden, die eine Veränderung herbeisehnen. Der Mensch hat immer die Wahl und trägt für diese Verantwortung. Die Wahlmöglichkeiten bewusst zu machen, ist Aufgabe des Therapeuten. Aus dem Bewusstsein schöpft der Mensch Hoffnung und damit verbunden die notwendige Energie, die Veränderungen aktiv anzupacken.

4.3 Zusammenfassung

Satir und Frankl vertreten verschiedene Menschenbilder, aus denen heraus die Nöte des Menschen unterschiedlich gesehen werden und die therapeutischen Prozesse differente Handlungskonzepte aufweisen. Trotz der Differenzen ist ihnen eine ganzheitliche Sicht des Menschen gemeinsam.

¹⁹⁶ Satir: Familienbehandlung, 117.

Ganzheitlich den Menschen zu sehen, beinhaltet für beide über die immanenten Komponenten von Leibe und Seele hinaus, den Menschen auch in seinem transzendenten Bezug wahrzunehmen. Der transzendente Bezug wird sogar als das Merkmal betrachtet, das den Menschen zum wirklichen Menschen macht. Oder anders gesagt, der Mensch wird in seinem Bezug zur Transzendenz im umfassenden Sinn menschlich. Spiritualität gehört somit für Frankl und Satir zu den ontologischen Merkmalen des Menschen, die in der Wahrnehmung des Menschen und daraus folgend in der Therapie der Aufmerksamkeit des Therapeuten bedürfen.

Auf dieser Basis spielt bei Frankl wie bei Satir die Spiritualität des Menschen eine wichtige therapeutische Rolle. Für Frankl ist zwar der Glaube an eine transzendente Macht (Religion) nicht Standort der Psychotherapie, aber ihr Gegenstand. Er sieht sehr klar den therapeutischen Wert des Glaubens, wenn er intrinsisch motiviert ist.¹⁹⁷ Intrinsisch motivierte Spiritualität ermöglicht die Konstruktion eines Über-Sinns, der einem Menschen in nahezu allen Lebenssituationen die Energie und Motivation gibt, nicht zu verzweifeln und auch leidvolle Situationen zu meistern. Damit wird die Spiritualität des Menschen als wichtige Ressource für den Umgang mit leidvollen Situationen, Tod und anderen Herausforderungen wahrgenommen.

Für Satir ist der transzendente Bezugspunkt des Menschen ebenfalls Energiequelle für Wachstum und Veränderung hin zu einer kongruenten Kommunikation und Lebensweise, die den Menschen aus ihrer Sicht heil werden lässt. Spiritualität bildet damit für Satir und Frankl eine wichtige Ressource für seelische Gesundheit.

4.4 Die Beziehung von Spiritualität und christlicher Spiritualität

In der Betrachtung der anthropologischen Grundannahmen von Frankl und Satir und ihren Reden vom Transzendenten finden sich eine gemeinsame Bejahung von Spiritualität als ontologisches Merkmal des Menschen und gleichzeitig sich von der christlichen Spiritualität unterscheidende Vorstellungen. Wie können wir diese Differenz einordnen? Was unterscheidet christliche Spiritualität von anderen Spiritualitäten? Was ist deren gemeinsamer Nenner?

¹⁹⁷ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 75.

Zunächst gilt es festzuhalten, dass Spiritualität als menschliches Phänomen viele unterschiedliche Formen religiöser Einstellungen, Erlebens- und Verhaltensweisen repräsentiert. Die Unterschiedlichkeit von Spiritualität macht es aus Sicht der Religionswissenschaftler unmöglich, einen Begriff für Religion oder Spiritualität zu finden, der für alle Kulturen und Zeiten gültig sein könnte.¹⁹⁸

Wissenschaftler mit einem phänomenologischen Ansatz verbinden Religiosität mit der Erfahrung des „Heiligen“. Andere reden vom Glauben an das „Ultimate“ oder „Absolute“. Aus der Vielfalt von Definition für Spiritualität könnt man als gemeinsamen Nenner festhalten, dass

„[...] [u]nter Spiritualität [...] stets etwas verstanden [wird], das mit einem über- oder transrationalen Betrachten und Gestalten des Lebens zu tun hat, der Begriff steht für eine Haltung, für ein Tun, für einen Lebensstil, die aus einem bestimmten, die Welt übersteigenden Sicht der Welt resultieren, aus einer Orientierung an dem ‚Einen‘ oder an einem ‚Letzten‘, wobei nicht von vornherein ausgemacht ist, um was es sich dabei handelt.“¹⁹⁹

Soziologen hingegen unterscheiden häufig zwischen einer funktionalen und substanziellen Dimension von Religion.²⁰⁰ Funktional meint die Aufgabe und Bedeutung der Religion für den Einzelnen und die Gesellschaft. Da finden wir zum Beispiel die Sinnstiftung, Kompensation oder die soziale Integration. Die substanzielle Dimension meint Wesen und Inhalte der Religion.

Verbindet man christliche Spiritualität mit den allgemeinen Aussagen einer phänomenologischen Sichtweise, dann steht diese neben den vielen anderen Spiritualitäten, die in der Welt zu finden sind und die Erfahrung des „Heiligen“ teilen. Wird christliche Spiritualität der funktionalen Kategorie aus soziologischer Sicht zugeordnet, dann werden sich Gemeinsamkeiten mit anderen Spiritualitäten finden, aber auch Unterschiede. In der substanziellen Dimension wird es die größten Unterschiede zu anderen Spiritualitäten geben. Die Definition des Heiligen, die Zentrierung auf Christus, das Doppelgebot der Liebe, die Zielrichtung des Gebetes, der Gegenstand der Meditation und vieles mehr unterscheidet christliche Spiritualität

¹⁹⁸ Vgl. Grom, Religionspsychologie, 15.

¹⁹⁹ Dahlgrün, Christliche Spiritualität, 119.

²⁰⁰ Vgl. Grom, Religionspsychologie, 15.

von anderen.²⁰¹ Die Einordnung christlicher Spiritualität in unterschiedliche Kategorien bringt somit immer auch differente Resultate. Je nach Kategorie gibt es zwischen christlicher Spiritualität und anderen Spiritualitäten Gemeinsames oder Differentes.

In der wissenschaftlichen Forschung um Religion und Gesundheit, die mit dem Thema dieser Arbeit verbunden ist, geht es wesentlich um die funktionalen Aspekte von Religion und Spiritualität.²⁰² Es wird danach gefragt, welche Auswirkungen Spiritualität auf das menschliche Wohlbefinden hat. Eine wesentliche Rolle dabei spielen die Motive des Menschen. Welche Inhalte die jeweilige spirituelle Prägung besitzt, spielt ebenfalls eine Rolle, weil sie direkten oder indirekten Einfluss auf die Motivation, die Entscheidungen und das Verhalten eines Menschen haben. Eine Bewertung der Inhalte in den Kategorien „Richtig“ und „Falsch“ gibt es nicht. Es werden lediglich die gemessenen Resultate praktizierter Spiritualität analysiert und in einem funktionalen Rahmen ausgewertet.

Die christliche Spiritualität steht in der wissenschaftlichen Betrachtung gleichwertig neben anderen humanen Spiritualitäten. Religion bzw. Spiritualität ist nicht Standort der Psychotherapie und wissenschaftlicher Forschung. Daher erfolgt keine inhaltliche Bewertung. Sie ist aber ihr Gegenstand und daher im Fokus einer funktionalen Betrachtungsweise. Aus diesem Blickwinkel heraus haben auch Satir und Frankl Spiritualität als menschliches Phänomen betrachtet.

5. Christliche Spiritualität als Ressource im Coaching

5.1 Einleitung

Dieses Kapitel wird die Ergebnisse der vorangegangenen Thematiken zusammenführen und Antworten auf die der Arbeit zugrundeliegenden Fragestellung herausarbeiten. Im Zusammenhang der Fragestellung finden sich einige Aspekte, die in der Einleitung aufgegriffen werden. Zu diesen Aspekten gehören die Bedeutung

²⁰¹ Vgl. Dahlgrün, Die Gabe, die Geister zu unterscheiden., 84ff.

²⁰² Vgl. Zwingmann, Messung von Religiosität/Spiritualität, 81. Am Beispiel des EORT QLQ-SWB38.

von Spiritualität für Psychotherapie und Coaching, die Betrachtungsweisen von Spiritualität, die Frage nach der Funktionalisierung von christlicher Spiritualität und die Zielsetzungen von Spiritualität und Coaching.

5.1.1 Psychotherapie und Coaching

5.1.1.1 Die Bedeutung von Spiritualität

Coaching greift in seinen Interventionen eklektisch auf psychologische und psychotherapeutische Konzepte zurück. Damit werden wichtige psychologische Erkenntnisse aufgenommen und nutzbringend in das eigene Beratungsformat eingefügt.

Verschiedene psychotherapeutische Ansätze haben sich in den vergangenen Jahren für die menschliche Spiritualität geöffnet und sie als Ressource zur Behandlung seelischer Erkrankungen erkannt. „Die neuere Fachliteratur belegt, dass viele Klienten nur dann erfolgreich behandelt werden können, wenn ihre spirituellen Überzeugungen kompetent und sensibel in Rechnung gestellt werden.“²⁰³ Geschieht das nicht, dann kann es passieren, dass die Therapie auch das Gegenteil bewirken kann. Selbst spirituelle Praktiken können Menschen heilen, manchmal sogar stärker als klassische Therapiemethoden.²⁰⁴

Diese Aussagen decken sich mit den Erkenntnissen von Frankl und Satir. Sie sprechen dafür, die menschliche Spiritualität in einem therapeutischen Prozess ernst zu nehmen. Dennoch muss zwischen Coaching und Psychotherapie unterschieden werden. Zielgruppe der Psychotherapie sind Menschen mit seelischen Erkrankungen, während das Coaching mit psychisch gesunden Menschen zu tun hat. In der Psychotherapie geht es um Diagnostik, Heilbehandlung und Heilung psychischer Erkrankungen. Im Coaching geht es um eine psychosoziale Beratung außerhalb der Heilkunde.²⁰⁵

Psychotherapie und Coaching sind zwar in ihrer Zielsetzung und Hauptzielgruppe differenter Natur, dennoch haben sie es mit dem gleichen menschlichen Wesen und

²⁰³ Richards & Bergin, A spiritual strategy of counseling and psychotherapy, 6, zitiert bei Bucher: Psychologie der Spiritualität, 146.

²⁰⁴ Vgl. Bucher, Psychologie der Spiritualität, 146.

²⁰⁵ Vgl. Migge, Handbuch Business-Coaching, 14.

dessen Spiritualität zu tun. Auf diesem Hintergrund ist die menschliche Spiritualität als Gegenstand sowohl in der Psychotherapie als auch im Coaching bedeutsam.

5.1.1.2 Spiritualität als Gegenstand vs. Standort

Für Frankl und seine Logotherapie war Religion Gegenstand der Betrachtung und Auseinandersetzung und nicht Standort.²⁰⁶ Er hat Religion nicht ignoriert und zur Seite geschoben, aber auch nicht für seine Zwecke missbraucht. Neutralität und Respekt gegenüber der Religion eines Menschen gehörten zu seiner Arbeitsweise.

Bucher verweist auf Zinnbauer und Pargament, die das Verhältnis von Psychotherapie und Spiritualität heute in einer vierfachen Gestaltung wiederfinden. Sie sprechen von einer Haltung der Ablehnung, des Exklusivismus, des Konstruktivismus und des Pluralismus.²⁰⁷

Die Haltung der Ablehnung sieht spirituelle Aspekte als nicht therapierelevant oder sogar dysfunktional. Der Exklusivismus lässt nur die spirituellen Inhalte als wahr gelten, die orthodox sind. Nicht bibelgemäße Interventionen werden als „Psychohäresie“ bezeichnet. Die Haltung des Konstruktivismus deutet die spirituellen Haltungen der Menschen als deren Konstruktion, ohne sie zu werten.

Die Haltung des Pluralismus würdigt die spirituellen Konstruktionen in ihrer Vielfalt und im Kontext einer pluralistischen Lebenswelt. Die beiden ersten Haltungen werden als ideologisch zurückgewiesen.

Die Positionierung Frankls ist eine seriöse und für die Auseinandersetzung von Coaching mit christlicher Spiritualität eine gute Grundlage zum Weiterdenken. Aufgabe des Coaches ist es nicht, die Spiritualität eines Klienten zu bewerten. Allerdings liegt darin eine nicht zu unterschätzende Herausforderung, denn Coaching kann nur begrenzt neutral sein. Jeder Coach bringt seine religiösen oder areligiösen Überzeugungen mit in den Beratungsprozess ein. Diese wiederum beeinflussen sein Verhalten, die Wahl seines Vorgehens und Inhalte, die er vermittelt.²⁰⁸

²⁰⁶ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 339.

²⁰⁷ Vgl. Bucher: Psychologie der Spiritualität, 147.

²⁰⁸ Vgl. Hofmann, Spirituelle oder religiöse Orientierung, 178f.

In einer professionellen Arbeitsweise bedarf es einer Berücksichtigung dieser Zusammenhänge durch den Coach, einer Reflexion der interpersonalen Prozesse sowie einer Achtung des religiösen Standortes des Klienten, falls dieser thematisiert wird.

5.1.2 Sichtweisen auf Spiritualität

5.1.2.1 Spiritualität substanziell vs. funktional²⁰⁹

Auf dem Hintergrund des eben Gesagten kann geschlussfolgert werden, dass die Sichtweise auf Spiritualität und damit auch auf christliche Spiritualität im Coaching in einer funktionalistischen Weise²¹⁰ erfolgen wird. Coaching befasst sich nicht mit der substanziellen Seite der Spiritualität. Vielmehr wird danach gefragt werden, welche Funktion und Bedeutung die Spiritualität des Klienten für den Coachingprozess und die Erreichung seines Zieles haben kann. Auch die Frage nach möglichen Ressourcen der dem Klienten eigenen Spiritualität sollte dabei betrachtet werden. Die Frage, inwieweit die Spiritualität des Klienten die Erreichung des Coachingzieles verhindern könnte, kann ebenfalls legitim sein. Gottesbilder haben Einfluss auf die Wahrnehmung, die Einstellung und auf das Verhalten eines Menschen.²¹¹ Sie können Teil der Lösung und Teil des Problems sein²¹² und das nicht nur im psychotherapeutischen Prozess, sondern auch im Coaching.

5.1.2.2 Spiritualität intrinsisch vs. extrinsisch

Allport und Ross trafen in ihrer „Religious Orientation Scale“, die im Rahmen der Vorurteilsforschung entstand, eine weitere Unterscheidung von Spiritualität.²¹³ Sie differenzierten zwischen extrinsischer und intrinsischer religiöser Orientierung. Menschen mit extrinsischer Orientierung sind „[...] überwiegend an gesellschaftlichen Beziehungen innerhalb der Glaubensgemeinschaften, sozialem Prestige, Sicherheit und Trost interessiert und hätten damit ein letztlich utilitaristische, selbstsüchtiges und oberflächliches Verhältnis zur Religion.“²¹⁴

²⁰⁹ Vgl. Grom, Religionspsychologie, 15.

²¹⁰ Vgl. Migge, Spiritualität im Coaching, 201.

²¹¹ Vgl. Kollmann, Religion und Risiko, 29.

²¹² Vgl. Pargament, Spirituality integrated psychotherapy, 10ff.

²¹³ Vgl. Grom, Religionspsychologie, 23.

²¹⁴ Ebd.

Menschen mit intrinsischer religiöser Orientierung lieben ihren Glauben aus einer inneren Überzeugung und praktizieren ihn um ihrer selbst willen und sind orientiert am Gebot der Nächstenliebe.²¹⁵

Für Coaches kann diese eine hilfreiche Einteilung darstellen, um sich behutsam der Spiritualität des Klienten zu nähern und zur einer ersten Einschätzung der religiösen Ressourcen zu gelangen. Nach Ergebnissen der Gesundheitsforschung korreliert eine intrinsisch religiöse Orientierung positiv mit einer stärkeren psychischen Stabilität²¹⁶ und damit verbunden auch mit einem subjektiv stärker empfundenen seelischen Wohlbefinden.²¹⁷

5.1.3 Die Funktionalisierung christlicher Spiritualität im Coaching

Im Zusammenhang einer funktionalen Betrachtungsweise christlicher Spiritualität im Coaching stellt sich die Frage, inwieweit und unter welchen Voraussetzungen diese gerechtfertigt ist und wo eventuelle Grenzen liegen.

In der Reflexion und Auseinandersetzung von Medizin und Spiritualität gibt es eine Reihe kritischer Stimmen, die ein unter gesundheitlichen Prämissen zweckorientiertes Denken in Bezug auf Spiritualität wahrnehmen. Auf dem Hintergrund von Korrelationen zwischen seelischem Wohlbefinden und bestimmten spirituellen Prägungen erachten es Sloan, Bagiella und Powel für sehr gefährlich, wenn man kranken Menschen unterstellt, wenig spirituell zu sein. Genauso wäre es fatal, Spiritualität wie ein Medikament einem Patienten zu verschreiben.²¹⁸

Eine Unterordnung der Spiritualität unter Gesundheitsinteressen im Sinne eines „Faktors Glauben“ in der medizinischen Behandlung wäre nicht nur ein Missbrauch von Spiritualität, sondern es würde auch übersehen werden, dass jeder Mensch seine eigene Spiritualität entwickelt, die in der Gestaltung ähnlich sein kann und doch emotional unterschiedlich erlebt wird.²¹⁹ Letzteres ist auch der Hintergrund, warum die quantitative empirische Forschung bis heute große konzeptionelle Schwierigkeiten bei der Operationalisierung von menschlicher Religiosität hat.²²⁰

²¹⁵ Vgl. Ebd.

²¹⁶ Vgl. Klein, Albani: Religiosität und psychische Gesundheit, 220ff.

²¹⁷ Vgl. Grom, Religionspsychologie, 252ff.

²¹⁸ Vgl. Bucher, Psychologie der Spiritualität, 115f.

²¹⁹ Vgl. Baumann, Vermessung des Glaubens, 72f.

²²⁰ Vgl. Ebd.

Für das Beratungsformat des Coaching könnte es zu ähnlichen Funktionalisierungen und Missbräuchen kommen. Das wäre zum Beispiel bei einer ideologischen Verwendung von christlicher Spiritualität gegeben. Hier würden Inhalte und Ausdrucksformen ohne Zustimmung des Klienten, gegebenenfalls mit einem missionarischen Charakter, ins Coaching einbezogen. Coaching ist fokussiert auf die Ziele des Klienten. Stehen die Ziele des Klienten diametral zur Ethik christlicher Spiritualität, kann diese durch ihren selektiven Einbezug funktionalisiert und missbraucht werden.

Auf der anderen Seite ist ein funktionaler Einbezug christlicher Spiritualität in den Coachingprozess durchaus legitim. Ähnlich wie in der Psychotherapie ist im Coaching die Religion nicht Standort, sondern ihr Gegenstand. Die Unterscheidung zwischen Standort und Gegenstand ist dabei nur bedingt möglich.²²¹ Coaching findet in keinem religiös neutralen Raum statt. Coach und Klient bringen religiöse Prägungen mit. Diese fließen in den Coachingprozess implizit und explizit mit ein²²² und sind reziproker Natur.²²³

Auf diesem Hintergrund ist ein seriöser funktionaler Einbezug christlicher Spiritualität an wichtige Voraussetzungen gebunden, ähnlich wie es in der Psychotherapie der Fall ist. Zu ihnen gehören das Einverständnis und das Interesse des Klienten.²²⁴ Des Weiteren bedarf es einer thematischen und teleologischen Relevanz. Es erfordert für den Coach eine inhaltliche wie praktische Kenntnis der christlichen Spiritualität und ihrer Ausdrucksformen.²²⁵ Ebenso ist es von Bedeutung, dass christliche Spiritualität und ihre Ausdrucksformen für den Klienten Ressourcen in der zu klärenden Thematik darstellen. Und es müssen die Ziele des Klienten den Werten christlicher Spiritualität entsprechen. Mit diesen Voraussetzungen kann ein Missbrauch vermieden und christliche Spiritualität auf die Situation und die

²²¹ Vgl. A.a.O., auf Seite 54.

²²² Vgl. Hofmann, Spirituelle oder religiöse Orientierung, 176ff.; Duncan, Beliefs impact Coaching Practice, 31ff.

²²³ Vgl. Richard/ Freund, Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie, 203.

²²⁴ Vgl. A.a.O., 205.

²²⁵ Vgl. A.a.O., 206.

Persönlichkeit des Klienten zugeschnitten thematisiert werden und in ihren Gestaltungsformen zielorientiert Anwendung finden.

5.1.4 Zielsetzung von Coaching und christlicher Spiritualität

In der Auseinandersetzung mit Coaching und christlicher Spiritualität gilt es auch, die Zielsetzungen beider Bereiche im Blick zu behalten.

Christliche Spiritualität hat einen transzendenten und einen immanenten Bezugspunkt. Das primäre Ziel für den Menschen liegt im transzendenten Bereich. Es richtet sich auf das Heil des ganzen Menschen in seiner Leib-Seele-Geist-Einheit. Substanziell geht es dabei um die Erlösung des Menschen aus der Macht der Sünde, des Menschen Rechtfertigung durch den Glauben an Jesus Christus, dessen Versöhnung mit Gott durch Christus und damit verbundene soteriologische Aspekte.²²⁶ Zusammengefasst geht es um die Relation des Menschen zu Gott. Die sekundären Ziele umfassen interpersonelle Relationen und die Selbstrelation des Menschen und befinden sich auf der immanenten Ebene. Beispielhaft stehen hierfür Heiligung und Heilung.

Die Heiligung umfasst zum einen das Handeln Gottes am Menschen durch den Heiligen Geist als ein einmaliges Geschehen in der Vermittlung von Heiligkeit an den an Christus glaubenden Menschen. Zum anderen ist Heiligung ein dynamisches und fortschreitendes Geschehen (1Thess 4,3), in das neben dem Handeln Gottes das Handeln des Menschen eingebunden ist. Inhaltlich geht es um ein Gestaltgeben der neuen Beziehung zu Gott und eine Angleichung an die Gesinnung Jesu. Hierin inbegriffen sind in der Beziehung zu Gott angemessene und Gottes Willen und Wesen widerspiegelnde Haltungen und Handlungen.²²⁷

Heilung steht aus theologischer Sicht in enger Beziehung zum Heil. Sie bilden eine Einheit.²²⁸ Es beschreibt das Handeln Gottes am Menschen in seiner interpersonellen als auch intrapersonal seelisch-leiblichen Dimension und zielt auf eine Wiederherstellung des Menschen zur vollen Lebenskraft.²²⁹

²²⁶ Vgl. Burkhard, Heil, 871.

²²⁷ Vgl. Frische, Heiligung, 878f.

²²⁸ Vgl. Bittner, Heilung, 885.

²²⁹ Vgl. Ebd.

Die Zielsetzungen des Coaching sind unterschiedlich und sehr von den Zielen des Klienten abhängig. Aus einer Metaperspektive gesehen, kann es unter anderem die Reflexion von Sinn-Zusammenhängen und Verhalten beinhalten sowie eine Förderung der Leistungssteigerung, der Persönlichkeitsentwicklung, der Handlungskompetenz und einer Stärkung der Resilienz.²³⁰

Die Ziele sind damit eindeutig immanenter Art. Sie sind bezogen auf interpersonale Beziehungen, der Selbstbeziehung des Menschen und im beruflichen Kontext auch auf wirtschaftliche Belange und Interessen des betrieblichen Organismus.

Im Vergleich der Zielsetzungen von Coaching und christlicher Spiritualität findet sich eine gemeinsame Schnittmenge auf der immanenten Ebene von zwischenmenschlicher Beziehung und Selbstbeziehung des Menschen. Sie könnte Ausgangspunkt einer gemeinsamen Kooperation sein.

Nach den einführenden Betrachtungen unterschiedlicher Aspekte im Zusammenhang der Fragestellung dieser Arbeit werden nun drei unterschiedliche Räume (Dimensionen) betreten, die inhaltlich den Einbezug christlicher Spiritualität im Coaching begründen. Die Dimensionen beginnen mit dem menschlichen Sein, zu dessen Merkmal Spiritualität gehört. Danach folgt die Dimension der Ethik. Den Abschluss bildet die Dimension der Gesundheit und Prävention.

5.2 Die Dimension des Seins

Eine erste Begründung für den Einbezug von christlicher Spiritualität in das Beratungsformat des Coaching kann darin gesehen werden, dass Spiritualität ein ontologisches Merkmal des Menschen darstellt. Spiritualität wäre damit nicht etwas, was der Mensch erst adoptieren muss, sondern das zu ihm gehört.

In den anthropologischen Grundannahmen Frankls und Satirs finden wir diese Sichtweise wieder.²³¹ Aus Frankls Sicht besitzt der Menschen eine angeborene, oft

²³⁰ Vgl. Draht, Coaching und seine Wurzel, 16.

²³¹ Vgl. Abschnitt 4.2.1.2, auf Seite 44ff.

verdrängte Relation zur Transzendenz²³², die aus der Mitte des Menschen hervortritt.²³³ Diese ist unbewusst und bleibt meist im Hintergrund.²³⁴ Gleichzeitig ist die Transzendenz der wichtigste Bezugspunkt des Menschen. Von ihr her begreift sich die Person. Der Mensch wird zum Menschen, je mehr er sich von der Transzendenz her versteht.²³⁵

Satir versteht den Menschen als Teil des universellen Ganzen.²³⁶ Er hat einen göttlichen Ursprung. Mit der universellen Lebensenergie in Verbindung zu bleiben und dieses als wahr zu akzeptieren, ist maßgebend für Erfolg und Erfüllung eines menschlichen Lebens.²³⁷ Satirs als auch Frankls Sichtweise unterscheiden sich zwar inhaltlich, aber ihre Grundaussage im transzendenten Bezug des Menschen ist ihnen gemeinsam.

Die Sicht eines transzendenten Bezuges vom Menschen findet sich auch in der Religionsethnologie, der Religionswissenschaft und der Theologie wieder. Aus unterschiedlichen Perspektiven wird hier der spirituellen Suche des Menschen nachgegangen. Die Frage, die sich in dem anthropologischen Diskurs stellt ist, „[...] ob die in der Phänomenologie beobachtbare spirituelle Dynamik nicht so sehr aus einer Krise der säkularen Moderne kommt, sondern eher aus der geraume Zeit verschütteten, aber bleibenden Tiefe des Menschen selbst.“²³⁸

5.2.1 Religionsethnologie

Für den Wiener Ethnologen Karl R. Wernhart gibt es eine innere Gemeinsamkeit zwischen den unterschiedlichen äußerlichen spirituellen Erscheinungsformen²³⁹, die in dieser Welt vorhanden sind und die sich abhängig von gesellschaftlichen und kulturellen Gegebenheiten manifestieren. Gebet, Meditation, Kulte und Rituale

²³² Vgl. Frankl, Der unbewusste Gott, 38.

²³³ Vgl. A.a.O., 50.

²³⁴ Vgl. A.a.O., 47.

²³⁵ Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 339.

²³⁶ Vgl. Satir, Das Satir-Modell, 99.

²³⁷ Vgl. Satir, Kommunikation – Selbstwert – Kongruenz, 430.

²³⁸ Martin, Sehnsucht - der Anfang von allem, 234.

²³⁹ Vgl. Wernhart, Ethnische Religionen, 263.

zählen dazu. Er spricht daher in einem von ihm verfassten Aufsatz von 1986 von „Religious beliefs per se, a human Universality“.²⁴⁰

Die Suche des Menschen nach Antworten auf die Fragen nach dem Woher, Wozu und Wohin gibt es überall auf der Welt. Wernhart schlussfolgert im Blick auf die umfangreichen Datensammlungen aus Forschungen der Ethnologie, dass „[...] der ‚Mensch an sich religiös ist‘ und nach Formen sucht, seine Beziehung zu etwas ‚Heiligem‘ und zu einer ‚höchsten Instanz‘ bzw. einem ‚höchsten Wesen‘ zu artikulieren und zu kultivieren.“²⁴¹

5.2.2 Religionswissenschaft

Auch in der religionswissenschaftlichen Forschung findet sich die Vorstellung einer spirituellen Prädisposition des Menschen wieder.²⁴² Als Wissenschaft hat sie den Fokus auf den religionsspezifischen Kontext. Andererseits hat sie Interesse an dem allgemein-anthropologischen Charakter.²⁴³

König schrieb: „Wenn wir das Buch der Geschichte aufschlagen, stellen wir fest, dass sich Menschen überall und zu allen Zeiten - Naturvölker, Hochreligionen verschiedener Kulturen - bittend und suchend an ihren Gott oder ihre Götter gewandt haben. [...] [Sie] haben Formeln von Anrufen und Gebeten hinterlassen, durch die wir heute noch einen Blick in das Innerste der Menschen längst vergangener Zeiten tun können.“²⁴⁴

5.2.3 Theologie

In der Anthropologie der theologischen Lehrüberlieferungen finden wir das Leitbild einer ursprünglichen Gottverbundenheit des Menschen, aus der er gefallen und in die hinein er zu erlösen ist.²⁴⁵

²⁴⁰ Vgl. Wernhart, Religious Beliefs per se, 648-652.

²⁴¹ Martin, Sehnsucht - der Anfang von allem, 235.

²⁴² Vgl. A.a.O., 236.

²⁴³ Ebd.

²⁴⁴ König, Franz Kardinal: Der Mensch und sein Glaube, in ders. (Hg.): Der Glaube des Menschen. Christus und die Religionen der Erde, Wien u.a. ²1994, 1-8, zitiert nach Martin, Sehnsucht - der Anfang von allem, 237.

²⁴⁵ Joest, Dogmatik, Bd. 2, 367.

Der Mensch wird nach biblisch-theologischer Sichtweise von Gott zu seinem Ebenbild²⁴⁶ geschaffen (Gen 1,27). Damit ist er ein besonderes Gegenüber zu Gott, dass sich von der übrigen Schöpfung unterscheidet. Der Mensch ist in die Gemeinschaft mit Gott gerufen, die mit dem Tode des Menschen nicht endet.²⁴⁷ Die Dogmatik spricht von einem status integritatis. Dieser bezeichnet in seinem Kern eine ungebrochene innere Verbundenheit des ersten Menschen (Adam) mit Gott.²⁴⁸ Dieses innere Verbundenheit und Vollkommenheit im Urzustand wurde durch die Sünde des Menschen verändert. Bezogen wird sich dabei auf Genesis 3. Hier kündigt der Mensch sein Vertrauen in Gott auf und begibt sich auf den Weg, sein Heil selbst zu suchen.²⁴⁹ Die Dogmatik spricht hier vom Menschen im status corruptionis. Mit diesem Geschehen einher geht der Verlust der iustitia originalis.²⁵⁰ Damit verbunden ist ein nicht mehr Zurückkehren-Können in den ursprünglichen Gerechtigkeitszustand, das begleitet wird von einem Weitersündigen-Müssen.²⁵¹ Der Mensch entfremdet sich somit immer weiter in seiner Beziehung zu Gott und wird zugleich ein Gottsucher, dessen Suche mit vielen Irrungen verbunden ist (Röm 1,21ff).

Der Beziehungsverlust hebt aber nicht den Bezug des Menschen zu Gott (Apg 17,27f) und seine geschöpfliche Bestimmung auf.²⁵² Der Mensch bleibt Gott gegenüber verantwortlich.²⁵³ Gleichzeitig ist Gott dem ihm abgewandten Menschen gegenwärtig und offenbart sich ihm in Christus, um ihn durch den Glauben an Christus²⁵⁴ aus dem status corruptionis zu erlösen und neu in Beziehung zu ihm zu stellen.

5.2.4 Spiritualität als anthropologische Konstante

Theologie, Religionsethnologie und Religionswissenschaft sprechen von Spiritualität als einer anthropologischen Konstante. Die Suche des Menschen nach Transzendenz,

²⁴⁶ Vgl. A.a.O., 354.

²⁴⁷ Vgl. A.a.O., 352.

²⁴⁸ Vgl. A.a.O., 353

²⁴⁹ Vgl. A.a.O., 355.

²⁵⁰ Vgl. A.a.O., 357.

²⁵¹ Vgl. Ebd.

²⁵² Vgl. A.a.O., 419.

²⁵³ Vgl. A.a.O., 412f.

²⁵⁴ Vgl. A.a.O., 465f.

sein Fragen nach dem Woher, Wohin und Wozu ist in ihm tief verankert. Die Erscheinungsformen, die Intensität, die Zielrichtung des menschlichen Suchens sind sehr verschieden ausgeprägt. Mit Möde können wir zusammenfassen: „Zum Menschen gehören wesentlich und originär die Sehnsucht und die *Suche nach Heil*. [...] Die Heilsuche ist eine anthropologische und *spirituelle Grundtatsache* des spezifisch humanen Lebens, abgehoben vom allgemein Animalischen.“²⁵⁵

5.2.5 Neuer Aufbruch in der Postmoderne

Die Sichtweise auf Spiritualität als eine anthropologische Konstante wurde in der säkularisierten westeuropäischen Gesellschaft erst wieder in den letzten Jahren verstärkt wahr- und angenommen. Religion wurde bis dahin eher negativ gesehen - ein Tatbestand, der seine Entwicklung mit der beginnenden Aufklärung im Mittelalter nahm.

Mit Beginn der Aufklärung und der Etablierung des humanistischen Welt- und Menschenbildes im lateinischen Europa begannen wesentliche Veränderungen in der Sicht auf den Menschen. Der transzendente Bezug des Menschen, der noch bis ins Mittelalter normal war, verschwand immer mehr aus dem Bewusstsein des aufgeklärten Menschen. Die aufkommende Wissenschaft klammerte alles Transzendente aus und fokussierte sich auf das Sichtbare, Messbare und Beobachtbare.²⁵⁶ Diese Entwicklung war verbunden mit einer starken Religionskritik, die jeglichen Glauben eines Menschen negierte. Sigmund Freuds Schrift „Die Zukunft einer Illusion“ aus dem Jahre 1927 ist dafür beispielhaft.²⁵⁷

In den vergangenen Jahren hat sich diese Sicht vielfach geändert.²⁵⁸ Möde beschreibt den Prozess einer zunehmenden Öffnung der Psychotherapie für Spiritualität seit den 1960er Jahren.²⁵⁹ Im Zuge einer wachsenden Offenheit gegenüber der menschlichen Spiritualität und ihrer Wahrnehmung als Ressource für die menschliche Gesundheit

²⁵⁵ Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 95.

²⁵⁶ Vgl. Hänsel, Die spirituelle Dimension, 33.

²⁵⁷ Vgl. Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 126f.

²⁵⁸ Vgl. Bucher, Psychologie der Spiritualität, 3.

²⁵⁹ Vgl. Möde, Christliche Spiritualität und Mystik, 127.

haben sich Medizin, Neurowissenschaft und Psychologie mit den somatischen und psychischen Auswirkungen spiritueller Praktiken intensiv auseinandergesetzt.²⁶⁰ Der transzendente Aspekte des menschlichen Seins rückt wieder stärker ins Blickfeld.

5.2.6 Bedeutung für das Coaching

5.2.6.1 Wahrnehmen und Akzeptieren von Spiritualität

Wenn Spiritualität eine anthropologischen Konstante des Menschen darstellt, dann ist ein bewusstes Wahrnehmen und Akzeptieren dieses Tatbestandes auch im Coaching von Bedeutung. Pargament spricht in diesem Zusammenhang davon, dass Spiritualität zu einem vollständigeren Erfassen menschlicher Kräfte und Schwächen beiträgt.²⁶¹ Auch wenn er dies mit Blick auf therapeutische Prozesse in der Psychotherapie formuliert, kann dies durchaus auf einen Coachingprozess übertragen werden.

Das Nicht-Wahrnehmen oder Ignorieren von Spiritualität bedeutet in seiner Folge eine Reduktion des Menschen auf seine körperlich-seelischen Prozesse. Ein ganzheitlicher Blick auf den Menschen wäre nicht mehr möglich.²⁶² Außerdem kann es den Verlust wichtiger Ressourcen für die Erreichung des Ziele bedeuten,²⁶³ oder aber innere Blockaden, die religiös motiviert sind, würden nicht erkannt, benannt und damit auch nicht gelöst werden können. Auf diesem Hintergrund kann bei einer Problemdiagnostik im Coaching die Thematisierung der Spiritualität wichtige Hintergrundinformationen zur Verfügung stellen. Das gilt nicht nur für Menschen mit christlich-spirituellen Prägung, sondern unabhängig von jeder Prägung religiöser Art eines Menschen.

5.2.6.2 Spiritualität als Teil des Coachingprozesses

Pargament sieht auf Grund der Verankerung von Spiritualität im menschlichen Sein diese als Teil des therapeutischen Prozesses und plädiert dafür, Spiritualität in diesen Prozess zu integrieren.²⁶⁴ Er nennt dafür vier Gründe:

²⁶⁰ Vgl. Ruhland, Spirituelle Bildungsarbeit, 198.

²⁶¹ Vgl. Pargament, Spirituality integrated psychotherapy, 343f.

²⁶² Vgl. Zimmerling, Spiritualität im Diskurs, 137.

²⁶³ Vgl. Migge, Spiritualität im Coaching, 201.

²⁶⁴ Vgl. Pargament, Spirituality integrated psychotherapy, 10ff.

1. Spiritualität kann ein Teil der Lösung sein.
2. Spiritualität kann ein Teil des Problems sein.
3. Spiritualität kann nicht von der Psychotherapie getrennt werden.
4. Menschen wollen spirituell sensible Hilfe.

Pargaments Begründung richtete sich konsequent an einer ganzheitlichen Sicht des Menschen aus, die dessen transzendenten Bezug berücksichtigt. Ein Coaching, das diesen Anspruch ebenfalls hat, sollte diesen Aspekt gleichermaßen berücksichtigen. Im Coaching unter Führungskräften zeigt eine Studie der Identity Foundation (2011) ein zunehmendes Interesse an Fragen der Sinnfindung, Wertorientierung und Spiritualität.²⁶⁵ Hänsel sieht gerade bei diesen Themen und auch anderen existenzieller Fragestellungen den Einbezug von Spiritualität als eine äußerst wertvolle Ressource,²⁶⁶ geht es hier doch um grundlegende, den ganzen Menschen betreffende Themen.

Gerade auch Fragen um den Bereich von Arbeit und Leben werden aus Sicht von Migge zu einer Motivation, sich mit Spiritualität zu beschäftigen. Er schreibt: „Der Wunsch nach Spiritualität drückt oft das Verlangen aus, aus einem verwirrenden Kreislauf auszusteigen, in dem die Mitte oder Integration zwischen Arbeit und Leben verloren ging.“²⁶⁷

5.2.7 Zusammenfassung

Spiritualität ist ein ontologisches Merkmal des Menschen. Religionsethnologie, Religionswissenschaft sowie die Theologie heben diesen Tatbestand aus ihren unterschiedlichen Blickwinkeln hervor. Auch in den Menschenbildern Satirs und Frankls finden wir diese Sichtweise in ihrer je eigenen Form wieder.

Nach Jahren der Ausklammerung dieser Sicht auf den Menschen, bedingt durch die Epoche der Aufklärung und einer damit verbundenen Religionskritik, findet in Westeuropa seit Mitte des letzten Jahrhunderts eine zunehmende Öffnung für diesen Blick auf den Menschen statt.

²⁶⁵ Vgl. Hänsel, Die spirituelle Dimension, 28.

²⁶⁶ Vgl. A.a.O., 29.

²⁶⁷ Migge, Spiritualität im Coaching, 205.

Für eine ganzheitliche Sicht des Menschen im Coaching ist es von Bedeutung, die menschliche Spiritualität wahrzunehmen, diese zu thematisieren und in den Coachingprozess einzubeziehen. Themenbereiche, in denen es beispielsweise um Sinnfindung und Wertefragen geht, sind eng mit spirituellen Fragestellungen verbunden und können daher Teil der Lösung oder Teil des Problems eines Coachingprozesses sein.

5.3 Die Dimension der Ethik

5.3.1 Einleitung

Eine zweite Begründung für den Einbezug christlicher Spiritualität ins Coaching ist deren ethische Dimension. Christliche Spiritualität bietet einen Orientierungsrahmen für eine ethisch verantwortliche Haltung und daraus resultierende Handlungen für Coach und Klient.

Ethische Fragestellungen verzeichnen in den letzten Jahren eine steigende Bedeutung. Auch im Bereich von Coaching und Supervision erweisen sie sich nach Schmidt-Lellek und Schreyögg zunehmend als relevant.²⁶⁸ Dabei geht es um grundlegende menschliche Fragestellungen.

„Woran kann ich mein Leben orientieren, wie kann ich meinen Weg im Leben finden? Was gibt meinem Leben und dem Leben überhaupt Sinn? Wie kann ich die Widersprüche, die mir begegnen [...], verstehen und einordnen, und welche übergeordneten Sichtweisen können dazu nützlich sein? Was ist gutes Leben und gutes Handeln? Welche Bedeutung hat die Gemeinschaft mit Anderen, und was bedeute ich für mich allein? Wie kann ich mit der Verletzbarkeit des Lebens, mit Vergänglichkeit, Krankheit und Tod umgehen?“²⁶⁹

Für Heintl ist jede Beratung Ort eines ethischen Diskurses.

„Sie ist von sich aus ein Ort der Differenz, der Unterbrechung des Alltagsgeschehens und damit ein solcher Ort der Reflexion, der Nach- und Vordenklichkeit. Ob sie es will oder nicht, sie wird damit [...] zu einem Ort ethischer Fragestellungen, an dem bestehende Normen, Werte, moralisches und unmoralisches Verhalten zur Sprache gebracht werden. Es bedarf also gar keiner gesonderten und speziellen Fokussierung des Ethischen, es ist einfach immer da, kann gar nicht vermieden werden.“²⁷⁰

²⁶⁸ Vgl. Schmidt-Lellek/ Schreyögg, Philosophie, Ethik und Ideologie, 7.

²⁶⁹ A.a.O., 8.

²⁷⁰ Heintl, Das „Klagenfurter prozessethische Beratungsmodell“, 201.

Gründe dafür sieht er darin, dass das Berufsleben und der Alltag des Menschen durch „[...] vorgängige und implizierte Werteentscheidungen strukturiert [ist],“²⁷¹ und es „[...] in der Beratung oft um Dilemmata, Zielkonflikte etc. [geht], die weder funktional noch aus der ‚Sache‘ heraus allein gelöst werden können. Es gibt Entscheidungsdruck und Entscheidungszwang. [...] Wir kommen ohne Wertsetzungen gar nicht aus.“²⁷²

Auch für Schmidt-Lellek und Schreyögg gibt es kein Coaching ohne eine anthropologisch-philosophische Verankerung.

„Denn anthropologische Vornahmen in Coaching-Konzeptionen dienen der Findung und Entscheidung für eine normative Grundlegung des jeweiligen Coachings, sie sind eine unverzichtbare Säule der Strukturierung des Wissens für und im Coaching und sie stellen ein spezifisches Theoriefeld dar, mit dem die Hintergründe für konkrete Situationen im Coaching und deren Interpretationen deutlich gemacht werden können.“²⁷³

Die Zunahme ethischer Fragestellungen geht einher mit einer stetigen Herauslösung der Ethik aus ihrer Verbindung mit religiöser und sozialer Ordnung und Verbindlichkeit.²⁷⁴ In ihrer Folge werden verbindliche ethische Maßstäbe in der Gesellschaft immer lückenhafter und der bisherige Rückhalt ethischer Prinzipien in göttlicher Autorität verliert zunehmend an Kraft.²⁷⁵ Diese Entwicklung, so Heintl, ist einerseits eine Befreiung aus einer unkritisch angenommenen Abhängigkeit, die zugleich in eine nicht näher bestimmte und begründete Offenheit führt.²⁷⁶

Die Beschäftigung mit der Ethik in Coaching und Beratung ist aber nicht nur in der der gesellschaftlichen Entwicklung begründet, sondern nach Ukowitz auch auf den Ebenen der Theoriebildung, der Professionalisierung, der Qualitätssicherung, der Legitimation des beraterischen Handelns, der Praxishilfe und Beziehungsgestaltung sowie der Psychohygiene von Beratern.²⁷⁷

²⁷¹ Ebd.

²⁷² Ebd.

²⁷³ Birgmeier, Menschenbilder im Coaching, 17.

²⁷⁴ Vgl. Heintl, Das „Klagenfurter prozessethische Beratungsmodell“, 215.

²⁷⁵ Vgl. A.a.O., 216.

²⁷⁶ Vgl. Ebd.

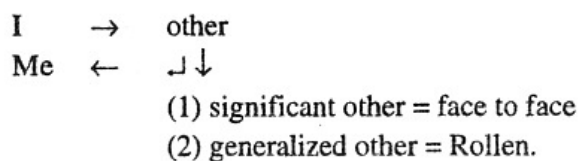
²⁷⁷ Vgl. Ukowitz, Beratung und Ethik, 249.

5.3.2 Beschäftigungshorizont der Ethik

„Ethik ist die kritische und normative reflexive Besinnung auf Maßstäbe des Verhaltens (d.h. des Handelns und gestaltenden Erleidens) sowie der Orientierung in gesellschaftlichen Zusammenhängen.“²⁷⁸

Die Ethik umfasst unterschiedliche Ansätze und Theorien, die von deontologischer Ethik und teleologischer Ethik über Gesinnungsethik und Verantwortungsethik hin zu einer Identitätsethik reichen.²⁷⁹

Weitere Ansätze sind die Individual- und Sozialethik. Diese sind nicht als Differenzierung von Bereich oder Umfang zu sehen, sondern thematisieren die Ausrichtung einer Entscheidung, Handlung oder eines Verhaltens.²⁸⁰ Beide Ethikansätze stehen in einem reziproken Verhältnis zueinander, was bedeutet, dass Individuation und Sozialisation in einem engen Zusammenhang stehen. Georg H. Mead, Begründer des sozialpsychologischen Interaktionismus, stellt diesen Tatbestand heraus.²⁸¹ Er unterscheidet zwischen:



Für die ethische Beurteilung von sittlichen Problemen ergibt sich nach Frey die Konsequenz, alle sittlichen Probleme unter verschiedenen Perspektiven reflektieren zu müssen. Dabei darf im Vorhinein keiner Perspektive der Vorrang gegeben werden.²⁸²

Die Ethik befasst sich mit differenten Zielsetzungen. Zu ihnen gehören zum Beispiel das Gute, Glück, Lust/ Freude (Hedonismus), der Nutzen (Utilitarismus), der Common Sense, die Tugenden, die Pflicht und das Thema der Gerechtigkeit.²⁸³

²⁷⁸ Frey, Repetitorium der Ethik, 5.

²⁷⁹ A.a.O., 62ff.

²⁸⁰ Vgl. A.a.O., 68.

²⁸¹ Vgl. Mead, Georg H.: Geist, Identität und Gesellschaft, Frankfurt 1968, in: Frey, Repetitorium der Ethik, 70.

²⁸² Vgl. Frey, Repetitorium der Ethik, 70.

²⁸³ Vgl. A.a.O., 71ff.

5.3.3 Theologische Ethik

Theologische Ethik beschreibt die aus Sicht christlicher Spiritualität durchgeführte methodisch-kritische Reflexion auf Fragen des menschlichen Verhaltens, sittlichen Urteilens und Entscheidens.²⁸⁴ Sie ist zwischen der allgemeinen philosophischen Ethik und der Dogmatik positioniert. In dieser Position sorgt sie für Kommunikabilität und Diskursivität außerhalb der christlichen Gemeinschaft und reflektiert zugleich ihr Handeln an den biblisch-dogmatischen Grundsätzen.²⁸⁵

Zu den zentralen Aspekten theologischer Ethik gehören die Fragen nach dem Schöpfer, der Schöpfungsordnung (daraus resultierend die Frage nach einer ökologischen Ethik)²⁸⁶ sowie der Gottesebenbildlichkeit und Geschöpflichkeit des Menschen als auch die Frage nach dem Menschenbild.²⁸⁷ Ein weiterer und grundlegender²⁸⁸ Aspekt ist die Christologie.²⁸⁹ Sie beschäftigt sich zum einen mit dem Tun Jesu, das als Vorbild verstanden wird,²⁹⁰ und zum anderen mit der Person Jesu und der sich anschließenden Bedeutung für den Glauben.²⁹¹ Ebenso ist auch die Pneumatologie, mit ihren Fragen um die Bedeutung des Heiligen Geistes, ein zentraler Aspekt.²⁹² Des Weiteren gehört die Eschatologie dazu. Sie beschäftigt sich mit Fragen der Zukunftserwartung und ihrem Einfluss auf Entscheidungen. In ihr kommt „[...] die Spannung [...] von Gegenwart und Zukunft, von menschlichem Streben nach Gerechtigkeit und göttlicher Rechtfertigung [...]“²⁹³ zum Ausdruck. Diese „[...] macht es möglich, unter dem Anspruch Gottes das geschichtliche Dasein als solches wahrzunehmen, wertzuschätzen und zu gestalten.“²⁹⁴

Theologische Ethik steht in der Auseinandersetzung mit der Aufklärung, die im Namen autonomer Vernunft der theologischen Ethik Heteronomie vorwirft oder eine

²⁸⁴ Vgl. A.a.O., 179.

²⁸⁵ Vgl. Ebd.

²⁸⁶ Vgl. A.a.O., 202ff.

²⁸⁷ Vgl. A.a.O., 208ff.

²⁸⁸ Vgl. A.a.O., 234.

²⁸⁹ Vgl. A.a.O., 226ff.

²⁹⁰ Vgl. A.a.O., 227f.

²⁹¹ Vgl. A.a.O., 229ff.

²⁹² Vgl. A.a.O., 234ff.

²⁹³ A.a.O., 244.

²⁹⁴ Ebd.

Verdoppelung der praktisch-philosophischen Erkenntnisse.²⁹⁵ In diesem Zusammenhang gibt es zwei Argumentationslinien. Die erste Argumentationslinie kommt aus der metaphysischen Theologie. Sie sagt, dass Gott selbst den Inbegriff alles Guten darstellt.²⁹⁶ Er will das Gute und es ist in ihm als Eigenschaft in umfassender Weise sichtbar. Ontologisches als auch moralisches Gut-Sein und Gott sind keine Gegensätze.²⁹⁷

Die zweite Argumentationslinie ist eher biblisch statt metaphysisch. Sie greift anthropologische Erkenntnisse der Reformation auf. Zu ihnen zählen die Einsichten, „[...] daß der Mensch keine letztgültige Einsicht in Gut oder Böse hat, in ihm keine substantielle Imago Dei zu finden ist [und] in ihn statt dessen ein vor Gott und gegenüber dem Bösen unfreier Wille determiniert [ist].“²⁹⁸

Von diesem Standpunkt heraus kritisiert die theologische Ethik einen aufklärerischen Vernunftoptimismus, welchen sie mit zahlreichen philosophischen Richtungen teilt.²⁹⁹ Des Weiteren benennt sie Gut und Böse unter einem eschatologischen Vorbehalt, rechnet mit einer Dialektik von Gut und Böse und ist von einem in der Person Jesu gesetzten personalen Hoffungsgrund überzeugt, der das Böse und böses Tun überwunden hat.³⁰⁰

Frey schlussfolgert für die theologische Ethik, dass Ethik nur theologisch genannt werden kann, „[...] wenn sie das Humane am immer wieder neu erfahrenen Gebot Gottes misst, das primär nicht zu bestimmten Handlungen ruft, sondern durch diese hindurch auf das von Gott gewollte Menschsein zielt.“³⁰¹

Voraussetzungen für eine biblisch-theologische Ausrichtung der Ethik sind einerseits, dass ein universales Ethos nicht aus einem abstrakten ‚moral point of view‘ erwächst, sondern „[...] aus einer partikularen Tradition, deren Gott der einzige und ‚Vater‘

²⁹⁵ Vgl. A.a.O., 180f.

²⁹⁶ Vgl. A.a.O., 181.

²⁹⁷ Vgl. Ebd.

²⁹⁸ Ebd.

²⁹⁹ Vgl. A.a.O., 182

³⁰⁰ Vgl. Ebd.

³⁰¹ A.a.O., 254.

aller Menschen ist.“³⁰² Andererseits setzt sie voraus, dass „[...] sie keine deduktiv-logische Instanz einer Letztbegründung kennt, sondern eine gründende Selbstvergewisserung des Glaubens.“³⁰³

5.3.4 Ethik im Coaching

Der Fokus der Ethik im Coaching liegt in der Reflexion und Bewertung von Handlungen³⁰⁴ und dahinter stehenden Haltungen des Coaches als auch des Klienten. Handlungen bezeichnen ein reziprokes interpersonales Tun, das im Rahmen eines Kommunikations- und Interaktionsprozesses stattfindet.³⁰⁵

Unter Haltungen sind Einstellungen und Gesinnungen eines Menschen gegenüber anderen Menschen oder einer Sache zu verstehen. Diese sind durch differente Einflüsse geprägt und implizieren Welt- und Gottesbilder und damit verbundene Grundwerte.³⁰⁶

Bei der Bewertung von Handlungen im Kontext ethischer Fragestellungen geht es darum zu klären, ob das Handeln eines Menschen den jeweils betroffenen Menschen im jeweiligen Handlungszusammenhang gerecht wurde.³⁰⁷ Bezogen auf das Coaching gibt es zwei Interaktionsebenen. Eine Interaktion bezieht sich auf die Relation zwischen Coach und Klient und die andere zwischen Coachee und seinen Interaktionspartnern. Die erste Interaktionsebene kann im Rahmen einer Supervision reflektiert und bewertet werden. Schreyögg spricht von „Meta-Consulting“.³⁰⁸ Die zweite Ebene kann Gegenstand von Coaching sein.

5.3.4.1 Die Interaktionsebene von Coach und Klient

Die ethische Reflexion auf der Interaktionsebene von Coach und Klient in Rahmen einer Supervision kann unterschiedliche Betrachtungsdimensionen umfassen. Es bietet sich dabei ein systematisches Vorgehen nach einem bestimmten Raster an.³⁰⁹

³⁰² A.a.O., 255.

³⁰³ Ebd.

³⁰⁴ Vgl. Schreyögg, Überlegungen zur Ethik im Coaching, 122.

³⁰⁵ Vgl. A.a.O., 123.

³⁰⁶ Vgl. Exner, Wenn die Haltung der Ethik gegenüber steht, 59.

³⁰⁷ Vgl. Schreyögg, Überlegungen zur Ethik im Coaching, 122.

³⁰⁸ A.a.O., 127.

³⁰⁹ Vgl. Ebd.

Dieses beinhaltet folgende Schritte: Zu Beginn (A) werden die ethischen Vorverständnisse der Interaktionspartner untersucht und bewertet. In einem zweiten Schritt (B) werden „[...] die im Sprechen und Handeln sich aktuell manifestierenden Vorstellungen von ethisch richtigem Handeln, die begleitenden Probleme und vor allem die Handlungskonzeptionen [betrachtet].“³¹⁰ Als zentrale Aufgabe wird als Schritt 3 (C) das „[...] Formulieren eines letzten Beurteilungsmaßstabes für ethisch richtiges Handeln [gesehen].“³¹¹

A) Analyse ethischer Vorverständnisse

Ethische Vorverständnisse repräsentieren ein großes Sortiment differenter Wurzeln. Zu ihnen gehören Werte und Normen, die ein Mensch im Laufe seiner lebens- und arbeitsweltlichen Sozialisation verinnerlicht hat.³¹² Diese sind geprägt von anthropologischen Annahmen sowie religiösen Gottesvorstellungen.

B) Analyse des interaktionalen Sprechens und Handelns

Hauptfokus der Analyse stellt das Reden und Handeln des Coaches in seiner Annahme von ethisch richtigem Handeln dar. Damit verbunden sind die das Handeln begleitende Herausforderungen und daraus resultierenden Konsequenzen.³¹³

C) Formulierung eines letzten ethischen Beurteilungsmaßstabes

Höffe konstatiert, dass „[...] aus moralphilosophischer Sicht [...] die Kernaufgabe ethischer Auseinandersetzung darin [besteht], einen letzten Beurteilungsmaßstab für ethisch richtiges Handeln zu formulieren.“³¹⁴ Dieser Maßstab kann allerdings nicht schon vorher feststehen, sondern ist für jeden eigenen Fall humaner Interaktion zu formulieren. In der Beurteilung des Geschehens ist dabei der gesamte Handlungszusammenhang zu berücksichtigen. Außerdem kann eine für einen bestimmten Fall formulierte ethische Entscheidung nicht auf eine andere Situation ohne weiteres übertragen werden. Mag diese auch oberflächlich betrachtet eine

³¹⁰ Ebd.

³¹¹ Ebd.

³¹² Vgl. Ebd.

³¹³ Vgl. A.a.O., 128.

³¹⁴ Schreyögg, Überlegungen zur Ethik im Coaching, 128 (nach: Höffe, Otfried: Ethik und Politik. Grundprobleme und Modelle der praktischen Philosophie, Berlin 1979).

ähnliche Struktur aufweisen, so sind doch deren Zusammenhänge in der Regel differenter Art.³¹⁵

5.3.4.2 Die Interaktionsebene des Klienten und seiner Interaktionspartner

Eine ethische Reflexion auf dieser Interaktionsebene kann in einer ähnlichen Struktur erfolgen wie die im Abschnitt zuvor. Die Aufgabe des Supervisors übernimmt in diesem Fall der Coach.

5.3.5 Ethische Standards im Coaching

Innerhalb der vergangenen 10-15 Jahren haben sich unterschiedliche Coachingverbände mit der Ethik im Coaching auseinandergesetzt und für sich verbindliche ethische Standards formuliert.³¹⁶ Diese ethischen Standards beziehen sich, wie beispielsweise bei der International Coach Federation Deutschland e.V., auf professionelles Verhalten im Allgemeinen, auf professionelles Verhalten mit dem Klienten, auf Vertraulichkeit und Intimsphäre und Interessenskonflikte.³¹⁷

Der DBVC e.V. nimmt in seinen Standards auch Bezug zur Würde des Menschen und zu anthropologischen Grundkonstanzen wie die Weltbezogenheit des Menschen, seine dialogische Wesensart, seine Nicht-Reduzierbarkeit, seine Leib-Seele-Geist-Einheit und anderes mehr.³¹⁸

5.3.6 Mehrwert christlicher Spiritualität für die Ethik im Coaching

Die Reflexion der ethischen Standards in den genannten Coachingverbänden lassen eine große Nähe zu anthropologischen Grundannahmen, Haltungs- und Handlungswertmaßstäben human-interaktiver Zusammenhänge aus dem Kontext christlicher Spiritualität erkennen. Auf diesem Hintergrund ist nach einem Mehrwert christlicher Spiritualität für die Ethik im Coaching zu fragen. Drei Bereiche sollen hierbei herausgegriffen und skizziert werden.

³¹⁵ A.a.O., 128f.

³¹⁶ Vgl. N.N., Ethik des Deutschen Fachverbandes Coaching, www.wiwl.de, 5ff.

³¹⁷ Vgl. N.N., Werte und Ethik, www.coachfederation.de, 1f.

³¹⁸ Vgl. N.N., Ethikcodex des Deutschen Bundesverband Coaching e.V., www.wiwl.de, 9ff.

5.3.6.1 Eine ganzheitliche Sicht des Menschen mit Einbezug dessen transzendenter Relation

Im Zentrum von Coaching steht nach Birgmeier der ganze Mensch und das ganze Leben eines Menschen.³¹⁹ Teilaspekte des menschlichen Lebens, wie berufliche Entscheidungssituationen, werden im Gesamtzusammenhang der jeweiligen Person betrachtet. Individuelle und soziale Aspekte werden dabei gleichermaßen berücksichtigt. Diese ganzheitliche Sicht bezieht sich auf die horizontal-immanente Ebene des menschlichen Seins. Unberücksichtigt bleibt dabei die vertikal-transzendente Ebene.

Die christliche Spiritualität gibt einen Orientierungsrahmen, der die transzendente Ebene menschlichen Seins in der Reflexion ethischen Verhaltens einbezieht. So kann beispielsweise in einer Entscheidungssituation neben den intra- und interpersonalen sowie unterschiedlichen sozialen Systemzusammenhängen der jeweiligen Situation auch der transzendente Bezug des Menschen in den Reflexionsprozess hinzugezogen werden. Dabei geht es nicht primär um eine starre Umsetzung bestimmter Handlungsmaximen, die beispielsweise in den „Zehn Geboten“ (Exodus 20) und anderer Forderungen personaler Interaktion genannt werden. Diese stellen eine hilfreiche Orientierung dar, die aber im Kontext einer je einzigartigen Situation neu und auf die Situation bezogen interpretiert werden müssen.³²⁰ Im Zentrum - nach reformatorischen Verständnis - steht viel mehr die Relation und das Sein des Menschen vor Gott, welches im ersten Gebot (Exodus 20,2-3) und im Doppelgebot der Liebe (Matthäus 22,37-39) ihre Basis hat.³²¹

5.3.6.2 Eine Quelle der Orientierung für das Gute

Es gibt in der Philosophie sehr unterschiedliche Verständnisse des Guten.³²² Bei Kant (Kritik der praktischen Vernunft) ist das moralisch Gute „[...] eine Qualität des Willens in seiner freien Selbstbestimmung durch praktische Vernunft, d.h. auf eine

³¹⁹ Birgmeier, Menschenbilder im Coaching, 18f.

³²⁰ Vgl. A.a.O., 254f.

³²¹ Vgl. Frey, Repetitorium der Ethik, 254.

³²² Vgl. Seidl, Gut, das Gute, historisch 834.

subjektive Bedingung (a priori) der Sittlichkeit und auf eine daraus folgende Qualität des Handelns.“³²³

Christliche Spiritualität greift mit Bezug auf die biblische Offenbarung auf eine Quelle zu, die die menschliche sittliche Einsicht vollendet und zugleich überbietet (vgl. Mt 5,20-48).³²⁴ „Inhaltlicher Maßstab des Guten ist der in Christus Mensch gewordene und absolut gute Gott (vgl. Mt 5,48; Phil 2,5, Eph 5,1) und sein gutes Werk und Gebot.“³²⁵ Gott ist hier Inbegriff alles Guten. Frey konstatiert keine Gegensätzlichkeit zwischen Gott und dem ontologischen sowie moralischem Gut-Sein.³²⁶

In einer Zeit der zunehmenden Herauslösung der Ethik aus religiösen Zusammenhängen³²⁷ und einer wachsenden Orientierungslosigkeit bietet christliche Spiritualität eine Rückbesinnung auf diese Quelle der Orientierung. Hierbei geht es nicht um Moral, sondern um Hilfe zum Leben. Die in der biblischen Tradition genannten Besinnung auf Gott als Quelle des Guten wird nicht als Kontrolle und Einengung des Menschen verstanden, sondern auf dem Hintergrund des Erbarmens Gottes in der Befreiung Israels (Ex 20) und im Erlösungshandeln Jesu (Joh 3,16) als Hilfe zum Leben in Freiheit und in Gestaltung einer gesunden Gottes- und Menschenbeziehung. Auf dieser Basis kann sie für eine Beurteilung des Verhaltens und der dahinter stehenden Haltung des Coaches als auch des Klienten hilfreiche Anhaltspunkte liefern.

5.3.6.3 Die Würde des Menschen

Die Würde des Menschen ist in der Neuzeit ein zentrales Thema. Im Grundgesetz Artikel 1 der Bundesrepublik Deutschland finden wir den Satz: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlicher Gewalt.“ Auf diesem Hintergrund ist sie Basis jeglicher ethischer Beurteilung von Handlungen in humanen Interaktionen, so auch im Coaching.

³²³ Ebd.

³²⁴ Neuer, Gut, das Gute, systematisch-theologisch, 834.

³²⁵ A.a.O., 834f.

³²⁶ Vgl. Frey, Repetitorium der Ethik, 181.

³²⁷ Vgl. Heintel, Das „Klagenfurter prozessethische Beratungsmodell“, 215.

Unter der Würde des Menschen versteht man heute, dass alle Menschen unabhängig von allen ihren Unterscheidungsmerkmalen wie Herkunft, Geschlecht, Alter oder Zustand denselben Wert haben, und dass dieser Wert über dem aller anderen Lebewesen und Dinge steht.³²⁸

Die Würde des Menschen wird heute in aller Regel philosophisch begründet. Maßgeblich geprägt hat diese Begründung Immanuel Kant. Seine Argumentation basiert auf vernunftrechtlichen Begründungen.³²⁹ Zu ihnen zählt die Moralfähigkeit des Menschen. Er kann sich sein Gesetz selbst geben und sich auch in Pflicht nehmen. Diese Autonomiefähigkeit verleiht ihm ebenfalls Würde. Eine Verletzung der Menschenwürde ist nach Kant dann gegeben, wenn ein Mensch zu einem Objekt oder bloßen Mittel degradiert wird.³³⁰

Die Menschenwürde wird auch aus der biblisch-christlichen Tradition heraus begründet³³¹ und stellt zugleich die „Tiefenquelle humaner Kultur“³³² dar. In diesem Zusammenhang spielen die Gottesebenbildlichkeit (Gen 1,26f), die besondere Stellung des Menschen als Geschöpf gegenüber allen anderen Geschöpfen (Gen 1,28; 2,15) und die Erlösungstat Jesu (Joh 3,15; Röm 5,8) eine Rolle.³³³

Auf dieser Basis nimmt die christliche Spiritualität den Menschen als ein von Gott geliebtes und wertgeachtetes Geschöpf wahr. Diese Wertschätzung Gottes für den Menschen ist Vorbild (1Ptr 2,21) und zugleich Aufgabe (Lev 19,18) für das Handeln des Menschen am Menschen.

Viele der im Coaching bereits Anwendung findenden Grundsätze wie Freiwilligkeit, respektvoller Umgang, einfühlsame Wertschätzung, aktives Zuhören, Aufrichtigkeit, Authentizität und Transparenz können aus dem biblisch-theologischen Zusammenhang vertiefend begründet und somit auf ein solideres Fundament gestellt werden, als es eine vernunftstheoretische Begründung ermöglichen kann.

³²⁸ Vgl. Frey, Repetitorium der Ethik, 119.

³²⁹ Vgl. A.a.O., 120.

³³⁰ Vgl. Arnold, Menschenwürde, www.markus-arnold.de, 1f.

³³¹ Vgl. Frey, Repetitorium der Ethik, 120.

³³² Römelt, Menschenwürde und Freiheit, 15.

³³³ Vgl. Wetz, F.: Illusion Menschenwürde, 27f.

5.3.7 Zusammenfassung

Christliche Spiritualität bietet mit ihrer biblisch-theologisch orientierten Ethik einen Orientierungsrahmen für eine ethisch verantwortliche Haltung und daraus resultierende Handlungen für Coach und Klient. In ihrer Sichtweise vertieft und erweitert sie philosophisch-ethische Ansätze. Sie erweitert den Blick auf den Menschen um dessen transzendente Relation und daraus sich ergebender Verantwortung. Des Weiteren benennt sie mit Gott eine Orientierungsquelle für das Gute als Basis für die Beurteilung menschlichen Verhaltens in ihren personalen Interaktionen und vertieft mit ihrem Bezug auf schöpfungstheologische Aspekte und das Heilshandeln Gottes in Christus die Begründung der Würde des Menschen.

5.4 Die Dimension von Gesundheit und Prävention

5.4.1 Einleitung

Eine dritte Begründung für die Thematisierung und den Einbezug christlicher Spiritualität ins Coaching ist deren gesundheitliche und präventive Dimension.

Gesundheit spielt in unserer Gesellschaft eine große Rolle. Nach dem Gesundheitsbericht des Bundes von 2006 gibt es unterschiedliche Trends.³³⁴ Während beispielsweise Herz-Kreislauf-Erkrankungen in einem reduzierten Maße zur Arbeitsunfähigkeit und Frühverrentung bei Menschen führen, spielen psychische Erkrankungen dagegen eine steigende Rolle.³³⁵ „Im Jahr 2007 lagen psychische Störungen mit 9,3% aller Arbeitsunfähigkeitstage auf Platz 4 der wichtigsten Krankheitsgruppen. Ihr Anteil ist damit gegenüber dem Vorjahr um 0,4 Prozent gestiegen.“³³⁶ Für die krankheitsbedingte Frühverrentung stellen sie die häufigste Ursache dar, was bedeutet, dass in etwa jede dritte neu beantragte Rente wegen verminderter Erwerbstätigkeit auf psychische oder Verhaltensstörungen zurückzuführen ist.³³⁷ Zu den häufigsten psychischen Störungen zählen in Europa Depressionen und Angststörungen.³³⁸

³³⁴ Vgl. N.N., Gesundheit in Deutschland, www.gbe-bund.de, 13ff.

³³⁵ Vgl. A.a.O., 13.

³³⁶ N.N., iga.Fakten 1, www.iga-info.de, 2.

³³⁷ Vgl. A.a.O., 3.

³³⁸ A.a.O., 4.

Für viele Erkrankungen gehören Rauchen, Übergewicht, mangelnde körperliche Bewegung, Bluthochdruck und Stoffwechselstörungen zu den Risikofaktoren. Diese stehen meistens mit einem bestimmten Verhaltens- und Lebensstil im Zusammenhang.³³⁹

„In Deutschland leben schätzungsweise vier Millionen diagnostizierte Diabetiker, jede fünfte Frau und jeder siebte Mann leidet an chronischen Rückenschmerzen, über 400.000 Personen erkranken jährlich an Krebs und fast ebenso viele versterben an einer Krankheit des Herz-Kreislauf-Systems [...]“³⁴⁰

Als die größte Herausforderung wird für das Gesundheitssystem die zunehmende Alterung der Gesellschaft betrachtet. In ihrem Zusammenhang stehen die Zunahme von Krebserkrankungen, Diabetes, Osteoporose, Schlaganfall und Demenz.³⁴¹

Die gesundheitliche Prävention und damit auch die Präventionsforschung spielt im deutschen Gesundheitssystem bisher eine eher marginale Rolle. Erst in dem im November 2005 formulierten Koalitionsvertrag wird beschlossen, Prävention und Gesundheitsförderung zu einer eigenständigen Säule im Gesundheitswesen auszubauen.³⁴² Die seit den 1990er Jahren angebotenen Präventionsangebote in den differenten Sektoren des Gesundheitssystems werden von immer mehr Menschen angenommen. Deren Anteil stellt aber trotzdem nur einen Bruchteil der Gesamtbevölkerung dar.³⁴³

Prävention von Krankheiten zielt auf eine Steigerung der Lebensqualität. Sie will helfen, Krankheiten und deren Folgen zu vermeiden. Damit steigert sich zugleich die Lebensqualität und das Wohlbefinden.³⁴⁴ Von großer Bedeutung in diesem Zusammenhang ist der Ansatz der Salutogenese von Antonovsky.³⁴⁵ Dieser geht der Frage nach, warum Menschen gesund bleiben und welche Faktoren dabei unterstützend wirken. Gesundheit und Krankheit werden dabei nicht diametral

³³⁹ Vgl. N.N., Gesundheit in Deutschland, www.gbe-bund.de, 19.

³⁴⁰ Ebd.

³⁴¹ Vgl. A.a.O., 13.

³⁴² Vgl. A.a.O., 123.

³⁴³ Vgl. Ebd.

³⁴⁴ Vgl. A.a.O., 125.

³⁴⁵ Vgl. Ebd.

zueinander gestellt, sondern als Kontinuum gesehen, auf die körperliche, emotionale, kognitive und soziale Faktoren Einfluss nehmen.³⁴⁶

Prävention kann die Kosten von krankheitsbedingten Behandlungen,³⁴⁷ Kosten von Arbeitsausfällen und auch versteckte Kosten für eine verminderte Arbeitsleistung³⁴⁸ senken. Beske warnt allerdings davor, jeden Realitätsbezug zu den wirtschaftlichen Einsparungen durch Prävention zu verlieren. „Es gibt keine Beweise dafür, dass Prävention insgesamt Kosten senken wird.“³⁴⁹

Prävention spielt nicht nur im allgemeinen Gesundheitssystem eine zunehmende Rolle. Auch im Kontext des Coaching ist es eine beachtenswerte Größe, „[...] vielleicht sogar die wesentliche Funktion des Coaching [...]“.³⁵⁰ Coaching dient nach Rauen nicht nur der Lösung von krisenhaften Situationen, „[...] sondern auch deren Prävention sowie der (weiteren) Verbesserung von unproblematischen Zuständen und der individuellen Leistungsfähigkeit.“³⁵¹ In einer ähnlichen Weise sieht es auch Brinkmann im Kontext des Personalmanagements: „Coaching durch den Vorgesetzten bedeutet [...], gemeinsam mit dem Mitarbeiter in einen Prozess der Ursachenfeststellung (Diagnose), des Eingreifens (Intervenierens) und Vorbeugens (Präventierens) einzutreten.“³⁵²

Im Fokus der Prävention beim Coaching steht aber nicht nur der Klient, sondern auch der Coach. Jedem Coach wird eine regelmäßige Reflexion eigener Problematiken und auftretender Schwierigkeiten im Coachings durch Supervision empfohlen.³⁵³ Supervision dient auch dazu, bei komplexen, den Coach überfordernden Problemen präventive Unterstützung anzubieten und den Coach damit nicht allein zu lassen.³⁵⁴

³⁴⁶ Vgl. Ebd.

³⁴⁷ Vgl. Ebd.

³⁴⁸ Vgl. N.N., Iga.fakten 6, www.iga-info.de, 6f.

³⁴⁹ Beske, Prävention, www.bdc.de.

³⁵⁰ Rauen, Coaching, 33.

³⁵¹ Rauen, Handbuch Coaching, 116. Vgl. auch Rauen, Coaching, 31.

³⁵² Brinkmann, Mitarbeiter-Coaching, 11.

³⁵³ Vgl. Rauen, Coaching, 202.

³⁵⁴ Vgl. Ebd.

Welche Rolle spielt in diesem Zusammenhang die christliche Spiritualität? Um der Frage nachzugehen, wird im Folgenden auf weiterführende Literatur verwiesen und es werden einige Ergebnisse aus der Forschung im Kontext von Spiritualität und Gesundheit skizziert. Im Anschluss erfolgt eine Darstellung von Erklärungsansätzen zum Einfluss von Spiritualität auf die psychische und physische Gesundheit.

5.4.2 Befunde aus der Forschung zur Spiritualität und Gesundheit

Die Forschung zu Spiritualität und Gesundheit hat in den vergangenen zwei Jahrzehnten eine große Zahl von Ergebnissen hervorgebracht. Vorreiter im Bereich dieser Forschungen sind nordamerikanische Wissenschaftler. Auch im europäischen Kontext gibt es inzwischen eine wachsende Forschung auf diesem Gebiet.

Inzwischen sind in der Literatur zahlreiche Forschungsergebnisse publiziert worden. Bucher nennt unterschiedliche Effekte von Spiritualität auf die körperliche und psychische Gesundheit und deren Auswirkungen auf Stress und Coping. Ebenso geht er den negativen Auswirkungen von Spiritualität nach. Dabei wird Themen der Lebensdauer, von kardiovaskulären Erkrankungen, Krebserkrankungen, Depressivität und weiteren Themen nachgegangen.³⁵⁵

Utsch widmet sich der Frage, ob Religion krank oder gesund macht und schildert in diesem Zusammenhang unterschiedliche Befunde aus dem amerikanischen und europäischen Kontext.³⁵⁶ Medizinsoziologische Studien zeigen, dass ein religiöser Glaube die Gesundheit positiv beeinflussen kann. Das trifft besonders auf einen Glauben zu, der mit positiven Gefühlen wie Dankbarkeit, Freude, Gelassenheit oder Schutz verbunden ist und aus einer positiven, herzlichen Gottesbeziehung erwächst.³⁵⁷ Die positiven Effekte von Religiosität und Spiritualität fasst Utsch wie folgt zusammen:

- „- emotionale Entlastung - ein sinnvolles, geschlossenes Weltbild
- moralische Orientierung - eine ethisch verantwortete Lebensführung
- soziale Unterstützung - Eingebundensein in eine Gemeinschaft

³⁵⁵ Bucher, Psychologie der Spiritualität, 100-145.

³⁵⁶ Utsch, Religiöse Fragen in der Psychotherapie, 157-185.

³⁵⁷ Vgl. A.a.O., 183f.

- kognitive Neubewertung - Glauben an das Walten einer höheren Macht in Situationen der Hilflosigkeit
- mentale Bewältigung - Trost, Hoffnung, Gelassenheit auch in ausweglosen Situationen“³⁵⁸

Klein und Albani widmen sich der Frage, welche Bedeutung Religion für die psychische Gesundheit hat.³⁵⁹ Zusammenfassend lässt sich bei den von ihnen präsentierten Forschungsergebnisse sagen, dass sich

„[...] eher hilfreiche Facetten der Religiosität erkennen [lassen]; insbesondere, wenn die religiösen Überzeugungen ein wichtiger Teil der eigenen Persönlichkeit, des Selbstbilds und der eigenen Lebenspraxis sind und insofern auch mit einer Partizipation an einer religiösen Gemeinschaft und sozialer Integration verbunden sind.“³⁶⁰

Auch das Gottesbild hat einen entscheidenden Charakter, ob sich Religiosität gesundheits- oder krankheitsfördernd auswirkt. Bei manchen Krankheitsbildern hat auch die religiöse Sozialisation einen Einfluss auf die Symptomatik. Die Symptome selbst können hin und wieder auch eine religiöse Färbung einnehmen.³⁶¹

In ihrem Buch „Gesundheit-Religion-Spiritualität“ zeigen Klein und weitere Autoren Zusammenhänge von Spiritualität im Kontext differenter körperlicher und psychischer Krankheitsbilder, von Coping, Mortalität sowie somatischer Behandlungen, Pflege und Psychotherapie. Dabei wird auf Forschungsergebnisse Bezug genommen und mögliche Erklärungsansätze werden referiert.³⁶²

Innerhalb dieses Buches nehmen Mehner und Höcker Bezug auf die empirische Forschung zu Spiritualität und körperlicher Gesundheit.³⁶³

Die bisherigen Untersuchungen bezogen sich häufig auf den Zusammenhang von Religiosität/ Spiritualität und Mortalität, kardiovaskulären Erkrankungen, Blutdruck, Hirninfarkt, Infektionserkrankungen, HIV/AIDS, Schmerzen, körperliche

³⁵⁸ Utsch, A.a.O., 184.

³⁵⁹ Klein/ Albani, Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit, Zeitschrift für Nachwuchswissenschaftler, 2011/3(1), 24f.

³⁶⁰ Ebd.

³⁶¹ Vgl. A.a.O., 25.

³⁶² Klein u.a., Gesundheit-Religion-Spiritualität, 189ff.

³⁶³ Mehner/ Höcker, Religion und körperliche Gesundheit, 247ff.

Funktionsstörungen, körperliche Invalidität sowie Krebserkrankungen.

In den Forschungen finden sich zahlreiche Indizien auf eine fördernde und schützende Funktion von Religiosität und Spiritualität „[...] hinsichtlich der körperlichen Gesundheit sowie bezüglich des förderlichen Einflusses auf die Genesung und die Adaptation an körperlichen Erkrankungen [...]“.“³⁶⁴

5.4.3 Erklärungsansätze zum Einfluss von Religiosität und Spiritualität auf das physische und psychische Wohlbefinden

5.4.3.1 Der Einfluss und die Wichtigkeit der metaphysischen Weltsicht

Eine religiöse Lebensorientierung hat nach Hofmann eine integrale Funktion. Sie durchdringt alle Bereiche eines menschlichen Lebens. Maßgeblich prägt sie persönliche Werte, die Sicht auf die Welt, auf den Menschen und auf das Leben als ganzes und sie ist eng mit den Handlungen und Zielsetzungen eines Menschen verknüpft.³⁶⁵

Schon Fowler äußerte diese Sicht, als er schrieb: „Faith, classically understood is not a separate dimension of life, a compartmentalized speciality. Faith is an orientation of the total person, giving purpose and goals to one’s hopes and strivings, thoughts and actions [...] as such faith is an integral part of one’s character or personality.“³⁶⁶

Der Einfluss spiritueller Prägungen hat auch Einfluss auf die metaphysische Weltsicht eines Menschen. Sie beinhalten bestimmte Gottesbilder, anthropologische Grundannahmen, Lebensziele, spirituelle und moralische Grundsätze und Vorstellungen über ein Leben nach dem Tod. Diese Weltsicht wiederum „[...] may [...] also have a significant influence on physical and mental health and on interpersonal relationship (Koltko-Rivera, 2004).“³⁶⁷ In Abb.1 stellen Richards und Bergin diesen Einfluss dar.³⁶⁸

³⁶⁴ A.a.O., 250.

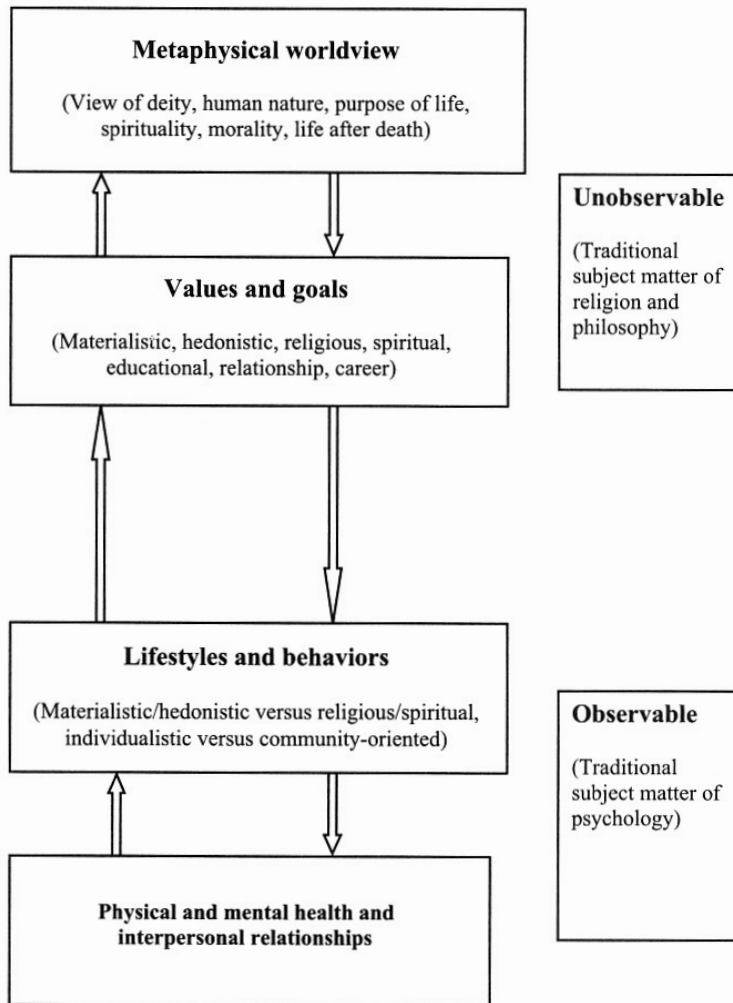
³⁶⁵ Vgl. Hofmann, Spirituelle oder religiöse Orientierung, 178.

³⁶⁶ Fowler, Stage of faith, 14.

³⁶⁷ Richards/ Bergin, A spiritual strategy of counseling, 75.

³⁶⁸ A.a.O. 76.

Abb.1 The influence and importance of one's metaphysical worldview



Die metaphysische Weltsicht eines Menschen hat Einfluss auf dessen Ziele und Werte. Dies wiederum beeinflusst den Lebensstil und das Verhalten und hat in seiner Folge Auswirkungen auf die physische und seelische Gesundheit sowie auf die zwischenmenschlichen Beziehungen eines Menschen. Umgekehrt beeinflussen diese den Lebensstil und das Verhalten, die Werte und Ziele sowie die metaphysische Weltsicht eines Menschen. Was beobachtbar ist, sind lediglich das Verhalten, der Lebensstil, die zwischenmenschliche Beziehungen und der Gesundheitszustand eines Menschen. Alles andere entzieht sich der menschlichen Beobachtungsmöglichkeit und war daher traditionell mehr das Thema von Philosophie und Religion und nicht der Psychologie.

In ihren weiteren Ausführungen betonen Richards und Bergin, dass es keine Beziehung vom Typ 1:1 zwischen der Weltsicht eines Menschen und dessen

körperlicher und psychischer Verfassung gibt. Die Werte und Ziele eines Menschen sind nicht immer einheitlich zu dessen Weltsicht. Gleiches gilt für den Lebensstil und das Verhalten eines Menschen und dessen Werte und Ziele. Trotz allem hat die Weltsicht eines Menschen einen wichtigen Einfluss auf dessen physische und psychische Verfassung sowie seine Beziehungen.³⁶⁹

Wichtig hierbei anzumerken ist, dass die Dimension der Spiritualität in einem Weltbildmodell nur begrenzt dargestellt und daher in diesem Kontext nicht angemessen verstanden werden kann.³⁷⁰

5.4.3.2 Erklärungsansatz für den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das psychische Wohlbefinden

Um eine differenziertere Sicht für den Einfluss von Religiosität und Spiritualität auf die psychische Gesundheit zu gewinnen, unterscheiden Klein & Albani sechs Theorien, die aus unterschiedlichen Perspektiven den Einfluss von Religiosität beleuchten und einander nicht ausschließen.³⁷¹ Es handelt sich um folgende Theorien:

- A) Theorie der sozialen Unterstützung/der Kohäsion
- B) Theorie der positiven Gefühle/des Selbstwerts
- C) Theorie der kognitiven Orientierung/der Kohärenz
- D) Theorie der alternativen Werte
- E) Theorie der Verhaltensregulierung
- F) Theorie des religiösen Coping

Klein & Albani diskutieren anhand der sechs Theorien spezifische Mechanismen, wie sich Religiosität und Spiritualität auf die psychische Gesundheit auswirken können. Dabei nennen sie hilfreiche wie belastende Potenziale. Ihre zusammengefassten Darstellungen aus der Forschung werden in den folgenden Ausführungen in einer komprimierten Weise gezeigt.

³⁶⁹ Vgl. A.a.O., 77.

³⁷⁰ Vgl. Ebd.

³⁷¹ Vgl. Klein/ Albani, Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit, 25.

A) Theorie der sozialen Unterstützung/der Kohäsion

Soziale Netzwerke stellen eine Basis-Ressource für menschliches Wohlbefinden dar. Auch religiöse Gruppen können als solche dienen. Es gibt viele Befunde, die das Eingebundensein in religiöse Gemeinschaften, gemeinschaftlich-religiöse Aktivitäten - auch über die soziale Unterstützung hinaus - mit besseren Gesundheitswerten belegen.³⁷²

Nachteilig auf die psychische Gesundheit wirkt sich die religiöse Gemeinschaft dort aus, wo sie sozialen Druck ausübt und ihre Mitglieder gesellschaftlich isoliert. Auch die Ablehnung durch Nicht- oder Andersgläubige kann in die Isolation und zu einer ungesunden Gruppenabhängigkeit führen.³⁷³

B) Theorie der positiven Gefühle/des Selbstwerts

Besteht ein positives Gottesbild, kann im besten Fall solch eine Gottesbeziehung das Empfinden eines unbedingten Angenommenseins, Vertrauens und fürsorglicher Liebe transferieren. Besitzt ein Mensch eine sichere Bindung zu Gott, verbunden mit einem positiven Gottesbild, kann sie einem gläubigen Menschen zu einem positiven Selbstwert und zu weniger Einsamkeitsgefühlen verhelfen. Des Weiteren kann es religiöses und nichtreligiöses Coping erleichtern und emotionale Instabilität sowie Gefühle der Angst und Depressivität reduzieren.³⁷⁴

Das Leben beeinträchtigende religiöse Ängste und negative Gefühle gegenüber Gott sind dort vorhanden, wo ein negatives Gottesbild (Gott als strenger Richter und Überwacher) vorhanden ist.³⁷⁵

C) Theorie der kognitiven Orientierung/der Kohärenz

Menschen suchen in einer komplexen und sich ständig wandelnden Welt nach Orientierung. Religiöse Gemeinschaften bieten umfassende Erklärungsmodelle an, um diese Welt zu verstehen. Damit geben sie Orientierung, Halt und Sinn, die besonders dann wichtig sind, wenn der Mensch sich in verunsichernden und bedrohlichen Situationen befindet.³⁷⁶

³⁷² Vgl. Ebd.

³⁷³ Vgl. A.a.O., 26.

³⁷⁴ Vgl. Ebd.

³⁷⁵ Vgl. A.a.O., 26f.

³⁷⁶ Vgl. A.a.O., 27.

Religiöse Deutungen der Wirklichkeit führen dort zu negativen Konsequenzen, wo sie zu Überzeugungen werden, die nicht mehr hinterfragt werden dürfen, keine Alternativen zulassen und gegenwärtige Belastungen durch die religiöse Hoffnung verdrängen.³⁷⁷

D) Theorie der alternativen Werte

Die vielen religiösen Traditionen eigene Tendenz zur Gesellschaftskritik birgt in sich sowohl Konflikt- als auch Entlastungspotenziale. Letztere sind gegeben, wenn diese von einem Anpassungs- und Erfolgsdruck befreien oder die Würde des schwachen und an gesundheitlichen Einschränkungen leidenden Menschen betonen und somit die Bewältigung der Situation erleichtern.³⁷⁸ Auch Werte wie die Bereitschaft, einander zu vergeben und Dankbarkeit korrelieren mit höherem Wohlbefinden, größerer Zufriedenheit, Ausgeglichenheit, einer effektiveren Stressbewältigung und weniger Depressivität.³⁷⁹

Alternativ-religiöse Werte können aber auch problematische Folgen aufweisen, wenn sie überidealisiert oder als absolut propagiert werden. Das kann auf zwei Wegen geschehen. Zum einen, wenn diese Werte nach außen auf andere Menschen verpflichtend übertragen werden. Dies kann zu starken sozialen Konflikten führen. Der zweite Weg richtet sich nach innen und kann sich im Menschen zu einem „Helfersyndrom“ verdichten. Daraus können sich Burnout oder Depressionen entwickeln.³⁸⁰

E) Theorie der Verhaltensregulierung

Religiöse Werte stehen oft in einem Zusammenhang mit bestimmten Handlungsweisen. So finden sich in religiösen Traditionen oft auch konkrete Handlungsvorgaben wieder, die unterschiedliche Bereiche menschlichen Lebens betreffen. Auf diesem Hintergrund lassen sich beispielsweise die niedrigen Suizidraten oder ein mehr moderater Umgang mit Alkohol und Drogen erklären. Im gleichen Zusammenhang stehen auch eine niedrigere Sensationsgier oder auch

³⁷⁷ Vgl. A.a.O., 28.

³⁷⁸ Vgl. Ebd.

³⁷⁹ Vgl. Ebd.

³⁸⁰ Vgl. A.a.O., 29.

Formen des Umgangs miteinander in der Familie, die eine geringere Scheidungsrate und eine höhere Ehezufriedenheit zur Folge haben.³⁸¹

Bei Menschen, die sich übertrieben strikt an Verhaltensvorgaben orientieren, scheint eine Korrelation mit neurotischen Denken und Verhalten zu bestehen.³⁸²

F) Theorie des religiösen Coping

„Religiöses Bewältigungsverhalten lässt sich im Sinne des ‚transaktionalen Stress-Coping-Modells‘ (Folkman, 1997; Folkman & Greer, 2000) verstehen als Form eines ‚meaning-based coping‘ (Zwingmann, 2004): Religiöse Bewertungen der eigenen Belastungssituation, z. B. das Vertrauen auf einen als liebevoll und hilfreich vorgestellten Gott, der den Gläubigen nicht allein lässt, können dabei das Gefühl, Belastungen wie kritischen Lebensereignissen hoffnungslos ausgeliefert zu sein, verringern und Geborgenheit und Sicherheit vermitteln (Dörr, 2001; Schowalter & Murken, 2003).“³⁸³

Pargament et.al. unterscheidet in seiner „Religious Problem Solving Scale“ drei Stile religiösen Copings: einen delegierenden Stil, einen kollaborativen Stil und einen selbst-direktiven Stil. Der delegierende Stil erhofft allein Hilfe bei Gott. Dabei bleibt der Mensch passiv. Der kollaborative Stil geht beim Tun des Menschen von Gottes Unterstützung aus, während der selbst-direktive Stil beim Tun des Menschen keine unmittelbare Hilfe erwartet, sondern das menschliche Tun als das entscheidende betrachtet wird.³⁸⁴ Am Besten scheint der kollaborative Coping-Stil zur Belastungsbewältigung zu helfen. Der selbst-direktive Stil erweist sich bei geringeren Belastungen als hilfreich. Übersteigen allerdings die Belastungen eines Menschen ein Maß, in denen die Selbstkontrolle nicht mehr greift, dann schadet dieser Stil mehr als er nützt.³⁸⁵

Diese drei Stile sind bei weitem nicht die einzigen Formen religiösen Coping. Pargament hat später die Liste der Copingstrategien auf 21 verschiedene Formen erweitert.³⁸⁶ Die unterschiedlichen Formen können sich „[...] summarisch als

³⁸¹ Vgl. Ebd.

³⁸² Vgl. Ebd.

³⁸³ A.a.O., 30.

³⁸⁴ Vgl. Klein/ Lehr, Religiöses Coping, 339.

³⁸⁵ Vgl. Ebd.

³⁸⁶ Vgl. A.a.O., 341.

Formen eines positiven, die eigene Religiosität bestärkenden und eines negativen, die eigene Religiosität in Frage stellenden Coping zusammenfassen lassen.“³⁸⁷

Eine von Ano und Vasconcelles (2005) durchgeführte Meta-Analyse der bis damals 49 Untersuchungen zu Formen des positiven und negativen religiösen Coping bestätigten, dass positives religiöses Coping signifikant mit besserer und negatives mit schlechterer Belastungsbewältigung einhergeht.³⁸⁸

Tix und Frazier (1998)³⁸⁹ beschreiben positive und negative Wirkungsweisen von religiösen Coping. Zu den positiven Wirkungsweisen zählen der Erhalt von Gefühlen der Selbstwirksamkeit und des Selbstwertgefühls sowie der Kontrolle im Umgang mit Ungewissheit und Unsicherheit. Des Weiteren gehören emotionale Unterstützung, Hoffnung und Trost, Hilfe bei der Einordnung tragischer und leidvoller Lebensereignisse in einem Gesamtzusammenhang und der Erhalt von Sinn und Bedeutung im Leben / des Lebens dazu. Ein negatives Coping hingegen kann zur Verstärkung von Schuldgefühlen, Ängsten (beispielsweise vor göttlichen Strafen), von psychischer Belastung (wie Verzweiflung, Gefühle der Gottverlassenheit) und Non-Compliance im Kontext von Vorschriften und Verboten führen.³⁹⁰ Um den Einfluss von Religion und Spiritualität für die psychische Gesundheit besser darstellen zu können, fügten Klein und Albani in Abb. 2 die sechs theoretischen Wirkfaktoren in das Diathese-Stress-Modell zur Entstehung psychischer Erkrankungen ein.

Das Diathese-Stress-Modell führt die psychische Verfassung eines Menschen zurück auf dessen Reaktion gegenüber gegenwärtigen Anforderungen. Das Ergebnis steht im Zusammenhang mit unterschiedlichen Faktoren. Zu ihnen gehören Umweltfaktoren und die individuelle menschliche Veranlagung. Des Weiteren zu nennen sind auch der Einbezug gegenwärtiger sozialer und individueller gesundheitlicher Ressourcen.

³⁸⁷ Klein/ Albani, Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit, 30; vgl. Zur Übersicht Klein/ Lehr, Religiöses Coping, 341f.

³⁸⁸ Vgl. Klein/ Albani, Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit, 30.

³⁸⁹ Tix, A.P. & Frazier, P.A (1998): The use of religious coping during stressful life events: Main effects, moderation, and meditation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 411-422.

³⁹⁰ Vgl. Mehner/ Höckert, Religion und körperliche Gesundheit, 254.

Bezogen auf die Religion eines Menschen können soziale Ressourcen die Einbindung in eine religiöse Gemeinschaft sowie Gottesvorstellungen sein. Ressourcen auf individueller Ebene stellen der Selbstwert, das Kohärenzgefühl und Werthaltungen dar. Hinzu kommen noch Verhaltensweisen, die dem Erhalt der Gesundheit und der Stressbewältigung dienen. Wie positiv oder negativ der psychische Gesundheitszustand eines Menschen zu beurteilen ist, hängt mit den Wechselwirkungen der genannten Faktoren ab.³⁹¹

Auf dem Hintergrund vieler Befunde zur gesundheitlichen Bedeutung einer intrinsischen Religiosität, die fest in der Persönlichkeit eines Menschen verankert ist, integrieren Klein und Albani als Filter zwischen den Präpositionen und den gesundheitlichen Ressourcen die von Huber³⁹² beschriebene „Zentralität der Religiosität“.³⁹³ Damit verbunden ist die Ansicht,

„[...] dass die weiteren Faktoren (Ressourcen, Gesundheits- und Bewältigungsverhalten), die im Rahmen der sechs theoretischen Erklärungsansätze auf konkrete religiöse Erlebens- und Verhaltensweisen bezogen werden, in Abhängigkeit von der allgemeinen Zentralität der Religiosität in unterschiedlicher Weise zum Tragen kommen (Huber 2003; 2008). Je höher die Religiosität eines Menschen insgesamt ist, desto vielfältiger und differenzierter können die spezifischen religiösen Faktoren ausgebildet werden.“³⁹⁴

Inzwischen gibt es erste Studien, die eine Filterfunktion der Zentralität der Religiosität bestätigen.³⁹⁵

³⁹¹ Vgl. Klein/ Albani: Religiosität und psychische Gesundheit, 226.

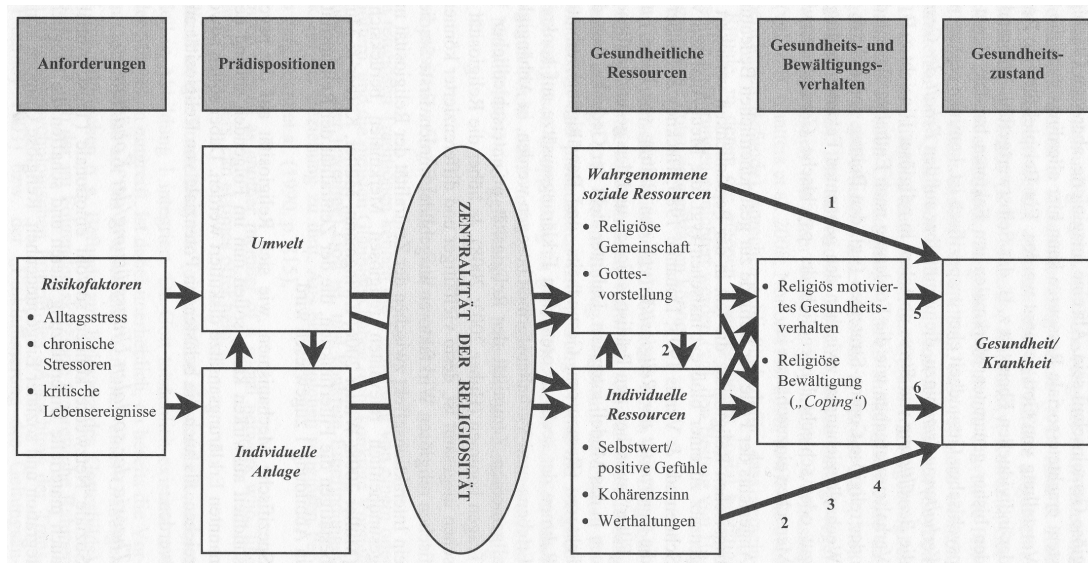
³⁹² Huber, S. (2003): Zentralität und Inhalt. Ein neues multidimensionales Messmodell der Religiosität. Leske & Budrich, Opladen.

³⁹³ Vgl. Klein/ Albani, Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit, 34. Die Zentralität der Religiosität greift auf Charles Y. Glock zurückgehende Phänomenologie religiöser Ausdrucksformen – religiöse Ideologie, religiöses Interesse, religiöse Erfahrung sowie öffentlicher und privater Ritualvollzug - zurück. Nur wenn alle fünf Ausdrucksformen hoch ausgeprägt sind kann von einer zentralen Bedeutung der Religiosität für einen Menschen ausgegangen werden. Liegt eine hohe Zentralität der Religiosität vor kann von einem breiten und autonomen Einfluss religiöser Inhalte auf das allgemeine Erleben und Verhalten – und damit auch auf die psychische Gesundheit – ausgegangen werden.

³⁹⁴ Klein/ Albani: Religiosität und psychische Gesundheit, 226.

³⁹⁵ vgl. Ebd.

Abb. 2 Theoretisches Modell zu Wirkweisen von Religiosität auf die psychische Gesundheit

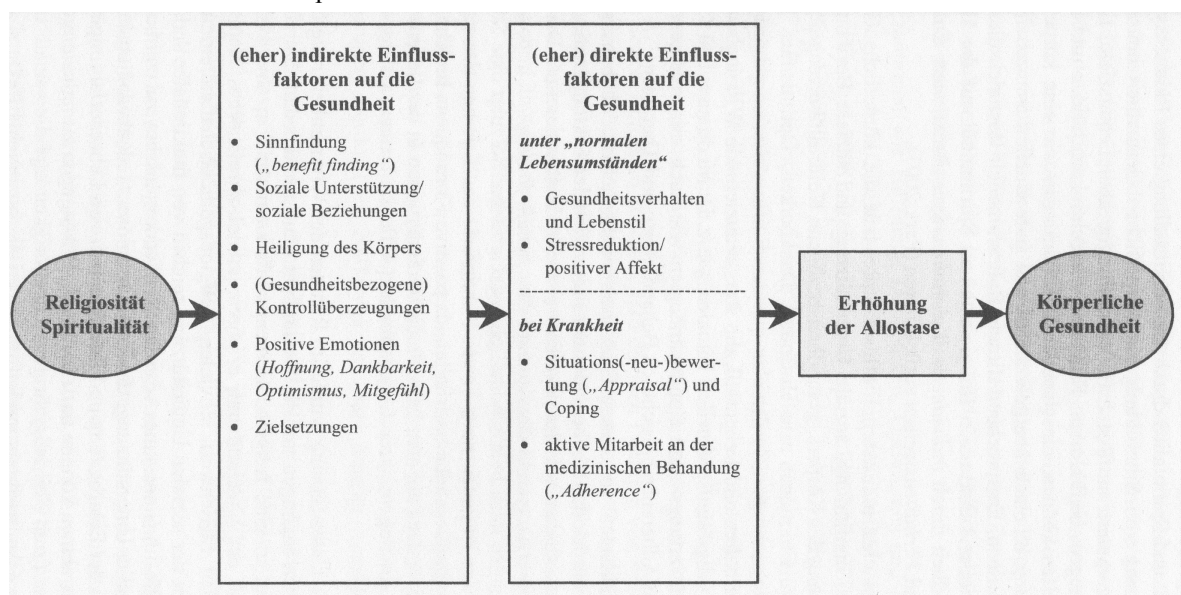


1) Theorie der sozialen Unterstützung, 2) Theorie der positiven Gefühle, 3) Theorie der kognitiven Orientierung, 4) Theorie der alternativen Werte, 5) Theorie der Verhaltensregulierung, 6) Theorie des religiösen Coping

5.4.3.3 Erklärungsansatz für den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das physische Wohlbefinden

Ein nach Park (2007) und Bower, Epel und Moskowitz (2009) adaptiertes Erklärungsmodell für den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das körperliche Wohlbefinden stellen in Abb. 3 Mehnert und Höckert vor.³⁹⁶

Abb. 3 Theoretisches Modell zu direkten und indirekten, auf religiösen Überzeugungen basierenden Einflussfaktoren auf die körperliche Gesundheit.



³⁹⁶ Mehnert/ Höckert, Religion und körperliche Gesundheit, 251.

Das Modell basiert auf der Annahme, dass Spiritualität und Religiosität ein Rahmensystem zur Ermöglichung von Sinnfindung zur Verfügung stellen, das zur körperlichen Gesundheit beiträgt. In dem Rahmensystem enthalten sind unter anderem Vorstellungen über Lebensziele, Lebensänderungen, Gefühle von Kohärenz sowie Gerechtigkeit, Leiden und Hoffnung. Diese Vorstellungen ermöglichen es, einschneidende Erfahrungen und körperliche Erkrankungen in einen transzendenten und individuellen Sinnhorizont zu platzieren. Die meisten potenziellen Effekte von Religiosität und Spiritualität auf die Gesundheit eines Menschen lassen sich laut diesem Modell auf individuelle Wahrnehmungen, Reaktionen, Entscheidungen und Verhaltensweisen zurückführen.³⁹⁷

Es werden direkte und indirekte Einflussfaktoren unterschieden. Zu den direkten Einflussfaktoren zählen der Lebensstil und das Gesundheitsverhalten, auch Bewertungs- und Copingstrategien sowie eine verbesserte Zustimmung und Befolgung von Behandlungen und Therapien. Sinnfindung, soziale Unterstützung und soziale Beziehungen, die Heiligung des Körpers, gesundheitsbezogene Kontrollüberzeugungen und auch positive Überzeugungen wie Dankbarkeit, Optimismus, Hoffnung, Mitgefühl und Zielsetzungen zählen zu den indirekten Einflussfaktoren. Ebenfalls dazu gehören das Erkennen von Lebenszielen und Sinnzusammenhängen. Nach diesem Modell sind es bedeutsame motivationale Faktoren für die Erhaltung der körperlichen und psychischen Gesundheit. In enger Verbindung damit steht das Konzept des „benefit finding“. Es beschreibt positive Entwicklungen nach belastenden Lebensereignissen.

5.4.4 Ergebnissicherung

Die Prävention, die bis vor 10 Jahren eher eine marginale Rolle im deutschen Gesundheitssystem spielte, gewinnt in den letzten Jahren an Bedeutung. Coaching selbst wird als präventive Maßnahme für den Klienten verstanden. Auch für den Coach spielt Prävention eine Rolle wenn es darum geht, in herausfordernden Coachings durch Supervision Unterstützung zu erhalten.

³⁹⁷ Vgl. A.a.O., 252.

Gesundheit und Prävention stehen auch mit menschlicher Spiritualität im Zusammenhang. Umfangreiche Forschungen zu Gesundheit und Spiritualität zeigen mehrheitlich positive, aber auch einige negative Korrelationen zwischen der Spiritualität eines Menschen und dem Einfluss auf die menschliche Gesundheit. Im gesundheitlichen wie präventiven Gesamtkontext ist die Spiritualität eines Menschen eine Einflussgröße neben anderen.

Für den Einfluss der Spiritualität auf die menschliche Gesundheit ist von Bedeutung, welches Gottesbild ein Mensch verinnerlicht und welche mit diesem Bild verbundene Weltsicht der Glaube eines Menschen transportiert.

Eine Spiritualität, die mit positiven Gefühlen wie Dankbarkeit, Freude, Gelassenheit oder Schutz verbunden ist und aus einer positiven, herzlichen Gottesbeziehung erwächst, hat die größten positiven Auswirkungen auf die psychische und körperliche Gesundheit und ist damit ein herausragender präventiver gesundheitlicher Faktor.

Ebenso spielt die Ausprägung der von Huber eingebrachten Zentralität der Religiosität im Leben eines Menschen eine Rolle. Je stärker die religiösen Überzeugungen, das religiöse Interesse, je intensiver die religiöse Erfahrung und je ausgeprägter der öffentliche wie private Ritualvollzug, desto größer ist der Einfluss der Spiritualität auf das Denken, Fühlen und Verhalten eines Menschen und die unterschiedlichen Prozesse des Gesundheits- und Bewältigungsverhaltens in differenten Lebenskontexten. Dies wiederum hat Einfluss auf die physische und psychische Gesundheit eines Menschen.

Auch die von Utsch zusammengefassten und bereits genannten positiven Effekte von Religiosität und Spiritualität präsentieren ein hohes Potenzial an präventiven Ressourcen.

Eine christliche Spiritualität, die mit den dargestellten Ergebnissen der Forschung korreliert, hat ein gesundheitliches wie präventives Potenzial. Auf diesem Hintergrund eröffnet die Thematisierung christlicher Spiritualität im Coaching und deren Einbezug unter den Voraussetzungen eines Klienteninteresses wichtige

Ressourcen, die nicht nur zur Lösung eines Problems, sondern auch zu einer längerfristigen präventiven und gesundheitsfördernden Unterstützung beitragen können. Diese Ressourcen herauszuarbeiten, ist Aufgabe des Coaches.

6. Zusammenfassung, Diskussion und Ausblick

Innerhalb vieler Bereiche der Medizin und auch in Teilen der Psychotherapie wird Spiritualität immer mehr als eine Ressource für die Gesundheit wahrgenommen. Ergebnisse aus Forschungen in Nordamerika und in den letzten Jahren zunehmend auch im europäischen Kontext geben aufschlussreiche Erkenntnisse darüber. Trotz einer umfangreichen Forschung ist die Spiritualität und besonders auch die christliche Spiritualität ein immer noch größten Teils unberücksichtigter Faktor in der medizinischen, therapeutischen und beraterischen Praxis sowie in den jeweiligen Aus- und Weiterbildungsbereichen.

Im Coaching wird diese Thematik ebenfalls nur am Rande diskutiert, auch wenn Coaches von einer Zunahme an Fragestellungen zu Sinnzusammenhängen, Werten, Lebenszielen und Berufungen in einem größeren Zusammenhang berichten. Auf diesem Hintergrund leistet die vorliegende Arbeit einen Beitrag, sich den Zusammenhängen von Spiritualität und Coaching weiter zu öffnen. Die ihr zugrundeliegende Fragestellung, in welcher Weise christliche Spiritualität als Ressource zu verstehen ist und weshalb sie in einem Coachingprozess thematisiert und einbezogen werden sollte, möchte dabei hilfreiche Impulse geben und zu weiterer Forschung und Auseinandersetzung anregen.

Um die Fragestellung zu beantworten, habe ich als erstes die christliche Spiritualität in ihrem Kern komprimiert dargestellt. Die inhaltliche Kenntnis christlicher Spiritualität ist Grundlage für einen professionellen Umgang mit ihr innerhalb eines Coachingprozesses. Basis und Zentrum christlicher Spiritualität ist das Offenbarungshandeln des dreieinigen Gottes und das Antwortgeben des Menschen auf die göttliche Ansprache. Im Kern ist christliche Spiritualität ein personales Beziehungsgeschehen zwischen Mensch und Gott, das von Gott her initiiert wurde und sich auf alle Beziehungsfelder des Menschen auswirkt. Verbunden mit dem

Beziehungsgeschehen und dessen Ausgestaltung geht es immer auch um Erfahrungen und ein prozesshaftes Geschehen. Menschen, deren Lebensgestaltung von dieser Spiritualität durchdrungen ist, verfügen über Ressourcen, um in ihren Beziehungsfeldern mit unterschiedlichen Herausforderungen umzugehen. Im Zentrum steht dabei die innere Verbundenheit durch den Heiligen Geist mit einem personalen Gott, dessen Allmacht, Weisheit, Gnade, liebevolle Zuwendung und Annahme des Menschen zu einer veränderten Wahrnehmung der eigenen Person, anderer Menschen, der Welt, der Umstände und konkreter Situationen führen kann. Die unterschiedlichen Ressourcen, die abschließend genannt wurden, geben beispielhaft einen kleinen Einblick in das Potenzial christlicher Spiritualität. Eine detaillierte und umfassende Darstellung dieser Potenziale könnte Thema einer weiteren Arbeit sein.

In einem zweiten Schritt skizzierte ich die Grundlagen von Coaching. Coaching hat sich vor allem im europäischen und nordamerikanischen Kontext zu einem beliebten Beratungsformat entwickelt, das inzwischen weit über den beruflichen Kontext hinaus reicht. Diese Expansion und der Verzicht auf methodisch begründetes Selbstverständnis führte zu einer inflationären Anwendung des Begriffs Coaching. Auch wenn es keine einheitliche Definition für das Coaching gibt, so geht es im Kern um einen aus mehreren Phasen bestehenden personen-, ziel- und ressourcenorientierten Beratungs- und Reflexionsprozess mit psychisch stabilen Menschen. Zu den Kernaufgaben des Coaches gehören dabei die Gestaltung der Beziehung zum Klienten und die des gesamten Prozesses.

Die Darstellungen habe ich sehr knapp gehalten, mehrfach habe ich auf weiterführende Literatur verwiesen. Meine Definition von Coaching basiert auf mir wichtigen Grundansichten, die sich unterschiedlich dargestellt in anderen Definitionen wiederfinden. Sie ist meine Sicht von Coaching und reiht sich in die vielen anderen Definitionen mit ein. Mir war wichtig, dass Kerngeschehen von Coaching zu skizzieren. Die Wirkfaktoren im Coaching, publiziert von unterschiedlichen Autoren, habe ich nur genannt. Die Forschung befindet sich in diesem Bereich noch am Anfang.

In einem dritten Teil standen die Existenzanalyse Frankls und der familientherapeutische Ansatz Satirs mit ihren anthropologischen Grundannahmen im Zentrum der Betrachtung. Beide vertreten einen je eigenen Ansatz und ein differentes Menschenbild, deskribieren aber beispielhaft gemeinsam Spiritualität als zutiefst ontologisches Merkmal des Menschen. Auf dieser Basis spielt bei Frankl wie bei Satir die Spiritualität des Menschen eine wichtige therapeutische Rolle. Frankl sieht sehr klar den therapeutischen Wert des Glaubens, wenn er intrinsisch motiviert ist. Intrinsisch motivierte Spiritualität ermöglicht die Konstruktion eines Über-Sinns, der einem Menschen in nahezu allen Lebenssituationen die Energie und Motivation gibt, nicht zu verzweifeln und auch leidvolle Situationen zu meistern. Damit wird die Spiritualität des Menschen als wichtige Ressource für den Umgang mit leidvollen Situationen, Tod und anderen Herausforderungen wahrgenommen.

Für Satir ist der transzendente Bezugspunkt des Menschen ebenfalls Energiequelle für Wachstum und Veränderung hin zu einer kongruenten Kommunikation und Lebensweise, die den Menschen aus ihrer Sicht heil werden lässt. Spiritualität bildet damit für Satir und Frankl eine wichtige Ressource für seelische Gesundheit.

Dieses beiden therapeutischen Ansätze zeigen beispielhaft eine förderliche Beziehung zwischen psychologischen Ansätzen und einem Gebiet, das eher philosophischer oder theologischer Natur ist. Aus meiner Sicht geben sie gute und wichtige Impulse, sich auch im Coaching für diese Thematik in konstruktiver und seriöser Weise zu öffnen. Daher stellt diese Thematik für mich eine Brücke zum Hauptteil meiner Arbeit dar.

Frankl und Satir haben unterschiedliche Verständnisse von Spiritualität. Auch in der Gesundheitsforschung ist eine möglichst viele Spiritualitäten umfassende Betrachtungsweise wiederzufinden, die das Spezielle christlicher Spiritualität nicht hervorhebt. Daher habe ich nach dem Verhältnis zwischen Spiritualität allgemein und christlicher Spiritualität im Besonderen gefragt. Hierbei wichtig ist wahrzunehmen, dass die christliche Spiritualität in der wissenschaftlichen Betrachtung gleichwertig neben anderen humanen Spiritualitäten steht. Religion bzw. Spiritualität ist nicht Standort der Psychotherapie und wissenschaftlicher Forschung. Daher erfolgt keine

inhaltliche Bewertung. Sie ist aber ihr Gegenstand und daher im Fokus einer funktionalen Betrachtungsweise. Aus diesem Blickwinkel heraus haben auch Satir und Frankl Spiritualität als menschliches Phänomen betrachtet.

In den nun folgenden Kapitel, dass den Hauptteil meiner Arbeit darstellt, gebe ich drei Antworten auf die der Arbeit zugrundeliegenden Fragestellung. Im Zusammenhang der Fragestellung finden sich einige Aspekte, die ich in der Einleitung aufgegriffen habe. Zu diesen Aspekten gehören (A) die Bedeutung von Spiritualität für Psychotherapie und Coaching als auch das Verhältnis beider zur Spiritualität, (B) die Betrachtungsweisen von Spiritualität, (C) die Frage nach der Funktionalisierung von christlicher Spiritualität und (D) die Zielsetzungen von Spiritualität und Coaching.

A) Frankl und Satir, Richards und Bergin als auch die moderne Forschung zu Gesundheit und Spiritualität sehen in der menschlichen Spiritualität eine wichtige Ressource für die Gesundheit und plädieren dafür, diese in einem therapeutischen Prozess zu berücksichtigen. Psychotherapie und Coaching sind zwar in ihrer Zielsetzung und Hauptzielgruppe differenter Natur, dennoch haben sie es mit dem gleichen menschlichen Wesen und dessen Spiritualität zu tun. Auf diesem Hintergrund ist die menschliche Spiritualität als Gegenstand sowohl in der Psychotherapie als auch im Coaching bedeutsam.

Was das Verhältnis von Psychotherapie zur Spiritualität betrifft, verweist Bucher auf Zinnbauer und Pargament, die das Verhältnis von Psychotherapie und Spiritualität heute in einer vierfachen Gestaltung wiederfinden. Sie sprechen von einer Haltung der Ablehnung, des Exklusivismus, des Konstruktivismus und des Pluralismus. Die beiden ersten Haltungen werden als ideologisch zurückgewiesen. Die Positionierung Frankls sehe ich für die Auseinandersetzung von Coaching mit christlicher Spiritualität als eine gute Grundlage zum Weiterdenken. Allerdings liegt darin eine nicht zu unterschätzende Herausforderung, denn Coaching kann nur begrenzt neutral sein. Ein Respektieren des religiösen Klientenstandortes durch den Coach ist dabei von grundlegender Wichtigkeit.

B) Spiritualität kann unterschiedlich betrachtet werden. Eine intrinsische vs. extrinsische sowie eine substanzielle vs. funktionelle Betrachtungsweise können für Coaches eine hilfreiche Einteilung darstellen, um sich behutsam der Spiritualität des Klienten zu nähern und zur einer ersten Einschätzung der religiösen Ressourcen zu gelangen. Nach Ergebnissen der Gesundheitsforschung korreliert eine intrinsisch religiöse Orientierung positiv mit einer stärkeren psychischen Stabilität.

C) Es gibt eine Reihe kritischer Stimmen, die eine funktionale Betrachtungsweise von Spiritualität im medizinischen Kontext sehen. Auf dem Hintergrund von Korrelationen zwischen seelischem Wohlbefinden und bestimmten spirituellen Prägungen kann es gefährlich sein, wenn man kranken Menschen unterstellt, wenig spirituell zu sein. Ähnlich wäre es, wenn man Spiritualität einem Patienten wie ein Medikament verschreiben würde. Eine Unterordnung der Spiritualität unter Gesundheitsinteressen im Sinne eines „Faktors Glauben“ in der medizinischen Behandlung stellt einen Missbrauch von Spiritualität dar und übersieht, dass jeder Mensch seine eigene Spiritualität entwickelt.

Ein Missbrauch von Spiritualität im Coaching könnte in einer ähnlichen Weise erfolgen, aber auch dadurch, dass Inhalte und Ausdrucksformen ohne Zustimmung des Klienten, gegebenenfalls mit einem missionarischen Charakter, ins Coaching einbezogen werden.

Ein funktionaler Einbezug christlicher Spiritualität im Coaching kann legitim sein, wenn er an wichtige Voraussetzungen gebunden ist. Zu ihnen gehören aus meiner Sicht das Einverständnis und das Interesse des Klienten, eine thematische und teleologische Relevanz sowie eine inhaltliche wie praktische Kenntnis der christlichen Spiritualität und ihrer Ausdrucksformen durch den Coach. Des Weiteren ist es von Bedeutung, dass christliche Spiritualität und ihre Ausdrucksformen für den Klienten Ressourcen in der zu klärenden Thematik darstellen, und die Ziele des Klienten müssen mit den Werten christlicher Spiritualität übereinstimmen.

Eine Begründung zur Implementierung ist wichtig, aber es bedarf auch praktischer Überlegungen, wie und unter welchen Voraussetzungen diese erfolgen sollte. Daher würde ich eine Erarbeitung und tiefere Reflexion dieser und weiterer möglicher Voraussetzungen zur Implementierung christlicher Spiritualität im Coaching dieser Arbeit in einem nächsten Schritt anschließen.

D) Christliche Spiritualität hat einen transzendenten und einen immanenten Bezugspunkt. Das primäre Ziel für den Menschen liegt im transzendenten Bereich. Es richtet sich auf das Heil des ganzen Menschen in seiner Leib-Seele-Geist-Einheit. Die sekundären Ziele umfassen interpersonelle Relationen und die Selbstrelation des Menschen und befinden sich auf der immanenten Ebene. Die Zielsetzungen des Coaching sind unterschiedlich und sehr von den Zielen des Klienten abhängig. Die Ziele sind damit eindeutig immanenter Art. Sie sind bezogen auf interpersonale Beziehungen, die Selbstbeziehung des Menschen und im beruflichen Kontext auch auf wirtschaftliche Belange und Interessen des betrieblichen Organismus. Im Vergleich der Zielsetzungen von Coaching und christlicher Spiritualität findet sich eine gemeinsame Schnittmenge auf der immanenten Ebene von zwischenmenschlicher Beziehung und Selbstbeziehung des Menschen. Sie ist der gemeinsame Ausgangspunkt.

Aus meiner Sicht muss die immanente Ebene im Coaching nicht alleiniger Bezugspunkt bleiben. Teilen beispielsweise Coach und Klient eine gemeinsame christlich-spirituelle Überzeugung und thematisieren diese in einem Coaching, dann können auch transzendente Aspekte in der Zielsetzung aufgenommen werden. Eine Reflexion bezüglich des Gottesbildes, einer gelebten Gottesbeziehung und weitere einem christlichen Glauben substanziell zuzuordnende Themen können Gegenstand des Coaching werden. Da Coach und Klient gleiche spirituelle Überzeugungen teilen, bleibt Spiritualität im Coaching nicht nur Gegenstand, sondern wird zugleich Standort. Spirituelle Interventionen wie beispielsweise Gebet, das Lesen religiöser Texte oder eine Beichte könnten in ein Coaching integriert werden.

Solches Geschehen lässt dann auch aber fragen, ob nicht schon der klassische Bereich des Coaching verlassen und in den Bereich der Seelsorge gewechselt wurde. Die Übergänge sind in diesem Fall fließend, ähnlich wie es im Bereich von Psychotherapie und Coaching auch geschieht. Des Weiteren könnte auch gefragt werden, ob in diesem Zusammenhang auch von einem „Spirituellen Coaching“ gesprochen werden kann. Coaching als Reflexions- und Beratungsprozess würde hier als Grundrahmen erhalten bleiben. Die Zielsetzung, Substanz, Handlung und Intervention würde aber über eine religiös-spirituellen Prägung verfügen. Eine weitere Reflexion und Konsultierung ist hier notwendig, damit die Thematisierung und der Einbezug von Spiritualität im Coaching auf einer fundierten wissenschaftlichen, transparenten und seriöser Grundlage geschieht. Somit kann auch eine notwendige Abgrenzung zu zweifelhaften Angeboten auf dem Coachingmarkt vollzogen werden.

Im weiteren Verlauf meiner Arbeit habe ich drei Dimensionen vorgestellt, die eine Einbeziehung christlicher Spiritualität ins Coaching begründen. Diese Argumente sind das Ergebnis immer wiederkehrender Resümees aus der Forschung und literarischen Recherchen. Sie beruhen nicht nur auf Einsichten aus der Theologie, sondern haben eine interdisziplinäre Basis. Dies betrifft besonders die Dimension des Seins und die der Gesundheit und Prävention.

Eine erste Begründung für den Einbezug christlicher Spiritualität ist die Dimension des Seins. Spiritualität stellt ein ontologisches Merkmal des Menschen dar.

Religionsethnologie, Religionswissenschaft sowie die Theologie heben diesen Tatbestand aus ihren unterschiedlichen Blickwinkeln hervor. Auch in den Menschenbildern Satirs und Frankls finden wir diese Sichtweise in ihrer je eigenen Form wieder.

Nach Jahren der Ausklammerung dieser Sicht auf den Menschen, bedingt durch die Epoche der Aufklärung und einer damit verbundenen Religionskritik, findet in Westeuropa seit Mitte des letzten Jahrhunderts eine zunehmende Öffnung für diesen Blick auf den Menschen statt.

Für eine ganzheitliche Sicht des Menschen im Coaching ist es von Bedeutung, die menschliche Spiritualität wahrzunehmen, diese zu thematisieren und in den Coachingprozess einzubeziehen. Themenbereiche, in denen es beispielsweise um Sinnfindung und Wertefragen geht, sind eng mit spirituellen Fragestellungen verbunden und können daher Teil der Lösung oder Teil des Problems eines Coachingprozesses sein.

Für mich stellt diese Begründung eines der Hauptargumente dar. Forschungen belegen den vielfachen Einfluss (positiv oder negativ) von Spiritualität auf körperliche und seelische Prozesse des Menschen. Diese Ebene menschlichen Seins auszuklammern, aber trotzdem den Anspruch den ganzen Menschen im Coaching wahrzunehmen, würde sich widersprechen. Wenn von Seiten des Klienten keine Thematisierung in einem Coachingprozess gewünscht ist, dann ist das legitim und der Coach hätte das zu respektieren. Wäre das aber nicht der Fall und der Klient signalisiert Interesse, sich diesem Bereich zu öffnen, weil er ein Teil der zu klärenden Thematik ist, würde eine Nicht-Thematisierung nur dann sinnvoll sein, wenn der Coach seine Kompetenzen überschritten sieht. Dieses könnte er in einer kurzen Stellungnahme dem Klienten wissen lassen und gleichzeitig auf einen Seelsorger verweisen.

Eine zweite Begründung für den Einbezug christlicher Spiritualität in ein Coaching liegt für mich in der Dimension der Ethik.

Christliche Spiritualität bietet mit ihrer biblisch-theologisch orientierten Ethik einen Orientierungsrahmen für eine ethisch verantwortliche Haltung und daraus resultierende Handlungen für Coach und Klient. In ihrer Sichtweise vertieft und erweitert sie philosophisch-ethische Ansätze. Sie erweitert den Blick auf den Menschen um dessen transzendente Relation und daraus sich ergebender Verantwortung. Des Weiteren benennt sie mit Gott eine Orientierungsquelle für das Gute als Basis für die Beurteilung menschlichen Verhaltens in ihren personalen Interaktionen und vertieft mit ihrem Bezug auf schöpfungstheologische Aspekte und das Heilshandeln Gottes in Christus die Begründung der Würde des Menschen.

Eine dritte Begründung sehe ich in der Dimension von Gesundheit und Prävention. Coaching wird als präventive Maßnahme für den Klienten verstanden. Prävention gehört zur wesentlichen Funktion des Coaching.

Gesundheit und Prävention stehen auch mit menschlicher Spiritualität im Zusammenhang. Umfangreiche Forschungen zu Gesundheit und Spiritualität zeigen mehrheitlich positive, aber auch einige negative Korrelationen zwischen der Spiritualität eines Menschen und den Einfluss auf die menschliche Gesundheit. Im gesundheitlichen wie präventiven Gesamtkontext ist die Spiritualität eines Menschen eine Einflussgröße neben anderen.

Für den Einfluss der Spiritualität auf die menschliche Gesundheit ist von Bedeutung, welches Gottesbild ein Mensch verinnerlicht und welche mit diesem Bild verbundene Weltansicht der Glaube eines Menschen transportiert. Eine Spiritualität, die mit positiven Gefühlen wie Dankbarkeit, Freude, Gelassenheit oder Schutz verbunden ist und aus einer positiven, herzlichen Gottesbeziehung erwächst, hat die größten positiven Auswirkungen auf die psychische und körperliche Gesundheit und ist damit ein herausragender präventiver gesundheitlicher Faktor.

In einer ähnlichen Weise spielt auch der Grad der Ausprägung von Religiosität im Leben eines Menschen eine Rolle. Je stärker die religiösen Überzeugungen, das religiöse Interesse, je intensiver die religiöse Erfahrung und je ausgeprägter der öffentliche wie private Ritualvollzug, desto größer ist der Einfluss der Spiritualität auf das Denken, Fühlen und Verhalten eines Menschen und die unterschiedlichen Prozesse des Gesundheits- und Bewältigungsverhaltens in differenten Lebenskontexten. Dies wiederum hat Einfluss auf die physische und psychische Gesundheit eines Menschen.

Zu den positiven Aspekten von Spiritualität gehören eine emotionale Entlastung, eine moralische Orientierung, eine soziale Unterstützung, kognitive Neubewertungen und Möglichkeiten mentaler Bewältigung. Sie präsentieren ein hohes Potenzial an präventiven Ressourcen.

Eine christliche Spiritualität, die mit den dargestellten Ergebnissen der Forschung korreliert, hat ein gesundheitliches wie präventives Potenzial. Auf diesem Hintergrund eröffnet die Thematisierung christlicher Spiritualität im Coaching und deren Einbezug unter den Voraussetzungen eines Klienteninteresses wichtige Ressourcen, die nicht nur zur Lösung eines Problems, sondern auch zu einer längerfristigen präventiven und gesundheitsfördernden Unterstützung beitragen können.

Für die Zukunft erwarte ich eine seriöse inhaltliche Auseinandersetzung um die Dimension menschlicher Spiritualität im Allgemeinen und christlicher Spiritualität im Besonderen für den Bereich professionellen Coachings. Diese könnte durch gezielte Forschungsprojekte geschehen, die ähnlich wie im medizinischen und psychotherapeutischen Bereich den Einfluss von christlicher Spiritualität im Coaching untersuchen. Die Forschung könnte sich beispielsweise auf das Beziehungsgeschehen zwischen Coach und Klient beziehen und danach fragen, welchen Einfluss die Spiritualität des Coaches auf dessen Verhalten zum Klienten, auf den Coachingprozess oder auf die Auswahl seiner Interventionen hat.

Das Interesse und der Bedarf spirituelle Fragestellungen im Zusammenhang von Sinnfragen und Werten in ein Coaching einzubeziehen, scheint zuzunehmen. Christliche Spiritualität verfügt in diesem Bereich über herausragende Ressourcen und hilfreiche Erklärungsmodelle. Um Klienten mit diesen Fragestellungen eine professionelle Hilfe zukommen zu lassen, ist eine weitere Öffnung für diese Thematik im Coaching förderlich, zumal Spiritualität ein menschliches Wesensmerkmal darstellt und unter bestimmten Voraussetzungen über ein hohes gesundheitliches und präventives Potential verfügt.

Ebenso sehe ich die Notwendigkeit, Coaches auf den professionellen Umgang mit spirituellen Fragestellungen vorzubereiten. Eine seriöse Auseinandersetzung mit religiösen Inhalten, Verständnissen und Gestaltungsweisen christlicher und anderer Spiritualitäten wäre ein erster, aber notwendiger Schritt.

Pargament hat bezogen auf die Dimension der Spiritualität in ihrer Beziehung zur Psychotherapie gesagt: „Ehe wir die spirituelle Dimension an die Psychotherapie adressieren, müssen wir sie verstehen [...]. Mit dem Verstehen ist die halbe Arbeit getan, Spiritualität in der Psychotherapie zu integrieren. Eine klare Perspektive in Bezug auf die Spiritualität ist das Fundament zur Feststellung und Behandlung der Klienten.“³⁹⁸

Ähnlich sehe ich das auch für den Bereich Coaching. Daher wäre eine Thematisierung und Auseinandersetzung mit der spirituellen Dimension des menschlichen Lebens in Aus- und Weiterbildungen für Coaches eine praktische Konsequenz, um sie für diesen Bereich zu sensibilisieren, Vorurteile abzubauen, den eigenen Standpunkt zu klären und hilfreiche Impulse zum Umgang mit religiös-spirituellen Fragestellungen zu vermitteln.

³⁹⁸ Pargament, Spirituality integrated psychotherapy, 201.

Literaturverzeichnis

- Allemand, Matthias/ Znoj, Hansjörg: Religiosität - Eine Wohlbefindensfördernde Ressource?, in: Zwingmann, Christian/ Moosburger Helfried (Hg.): Religiosität: Messverfahren und Studien zu Gesundheit und Lebensbewältigung. Neue Beiträge zur Religionspsychologie, Münster u.a. 2004, 239-260.
- Arnhold, Markus: Menschenwürde, in: www.markus-arnhold.de/pdf/menschenw_rde/pdf [17.04.2014].
- Baumann, Klaus: Vermessung des Glaubens und Geheimnis des Menschseins, in: Büsing, Arnd/ Kohls, Niko (Hg.): Spiritualität transdisziplinär. Wissenschaftliche Grundlagen im Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheit, Berlin u.a. 2011, 67-74.
- Benson, Herbert: Heilung durch Glauben, München 1997.
- Beske, Fritz: Prävention: Ein anderes Konzept, Pressemitteilung zur Pressekonferenz des IGSF am 19. April 2005, in: www.bdc.de/index_level3.jsp?documentid=9F189D43642E1BBBC12570D900368A59&form=Dokumente&parent=1E72D168626E5952C2256FC5005134FA&menu_id=B04E438E023BAA93C2256FC5005351B3&category=ARCHIV-POLITIK-PR%C4VENTION [26.04.2014].
- Birgmeier, Bernd: Menschenbilder im Coaching. Zur Begründung anthropologischer Setzungen zum Menschen als reflexivem und handelndem Wesen, in: Schmidt-Lellek, Christoph/ Schreyögg, Astrid (Hg.): Philosophie, Ethik und Ideologie in Coaching und Supervision, Wiesbaden 2011, 13-26.
- Bittner, W.J.: Heilung, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 2 (1993), 885-887.
- Böning, Uwe/ Fritschle, Brigitte: Coaching fürs Business. Was Coaches, Personaler und Manager übers Coaching wissen müssen, Bonn 2005.
- Bresser, Frank: Tendenzen in der Coaching-Praxis und -Forschung, in: Wegener, Robert u.a. (Hg.): Coaching entwickeln. Forschung und Praxis im Dialog, Wiesbaden 2011, 189-199.
- Brinkmann, Ralf D.: Mitarbeiter-Coaching. Der Vorgesetzte als Coach seiner Mitarbeiter, Arbeitshefte Führungspsychologie 22, Heidelberg 1994.

- Bucher, Anton: Psychologie der Spiritualität, Weinheim, Basel 2007.
- Burkhard, Helmut: Heil, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 2 (1993), 869-871.
- Collatz, Annelen/ Sachse, Rainer: Klärungsorientiertes Coaching, Göttingen 2012.
- Dahlgrün, Corinna: Die Gabe, die Geister zu unterscheiden, in: Kunz, Ralph/ Kohli Reichenbach, Claudia (Hg.): Spiritualität im Diskurs - Spiritualitätsforschung in theologischer Perspektive, Zürich 2012, 81-98.
- Dahlgrün, Corinna: Christliche Spiritualität. Formen und Traditionen der Suche nach Gott, Berlin 2009.
- Draht, Carsten: Coaching und seine Wurzeln, Freiburg 2012.
- Ducan, Paul: Examining how the Beliefs of Christian Coaches impact their Coaching Practice, in: International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring, Special Issue No. 6, (2012), 30-45.
- Exner, Alexander: Wenn die Haltung der Ethik gegenübersteht, in: Heintel, Peter u.a.: Beratung und Ethik. Praxis, Modelle, Dimensionen, Berlin 2006, 53-70.
- Fiedler, Adelheid: Gott im Coaching? Zur Annäherung von religiöser Seelsorge und säkularer Beratung. Eine Bestandsaufnahme, Kassel 2013.
- Fowler, James W.: Stage of faith: the psychology of human development and the quest for meaning, San Fransisco 1981
- Frankl, Viktor E.: Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, München ⁴2013.
- Frankl E., Viktor: Der leidende Mensch, Bern ²1996.
- Frankl E., Viktor: Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion, München ¹¹2012.
- Frankl E., Viktor: Die Sinnfrage in der Psychotherapie, München ⁷1996.
- Frankl E., Viktor/ Kreuzer, Franz: Im Anfang war der Sinn. Von der Psychoanalyse zur Logotherapie, München 1986.
- Frey, Christofer u.a.: Repetitorium der Ethik. Waltrop 1995.
- Frzsche, H.: Heiligung, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 2 (1993), 877-879.
- Frick, Eckhard: Zwischen engen und weitem Spiritualitätsbegriff. Eine Bindungstheoretische Orientierung, in: Möde, Erwin (Hg): Spiritualität und

- Psychotherapie. Bleibende und neue Wege der Konvergenz, Regensburg 2013, 36-47.
- Geißler, Harald: Die inhaltsanalytische „Vermessung“ von Coachingprozessen, in: Birgmeier, Bernd (Hg.): Coachingwissen, Wiesbaden ² 2011, 95-130.
- Grawe, K./ Donati, R. u.a: Psychotherapie im Wandel: von der Konfession zur Profession, Göttingen 1994.
- Greif, Siegfried: Grundlagentheorien und praktische Beobachtungen zum Coachingprozess, in: Birgmeier, Bernd (Hg.): Coachingwissen, Wiesbaden ² 2011, 131-146.
- Greif, Siegfried: Coaching und ergebnisorientierte Selbstreflexion. Theorie, Forschung und Praxis des Einzel- und Gruppencoachings, Göttingen 2008.
- Grom, Bernhard: Religionspsychologie, München ³2007.
- Hänsel, Markus (Hg.): Die spirituelle Dimension als sinnstiftender Möglichkeitsraum im Coaching, in: ders. (Hg.): Die spirituelle Dimension in Coaching und Beratung, Göttingen 2012.
- Heintel, Peter: Das „Klagenfurter prozessethische Beratungsmodell“, in: Heintel, Peter u.a.: Beratung und Ethik. Praxis, Modelle, Dimensionen, Berlin 2006, 196-243.
- Hofmann, Liane: Spirituelle oder religiöse Orientierung und deren Auswirkung auf die psychotherapeutische Tätigkeit, in: Büssing, Arndt/ Kohls, Niko (Hg.), Spiritualität transdisziplinär. Wissenschaftliche Grundlagen im Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheit. Berlin u.a. 2011, 173-195.
- Huber, Stefan: Zentralität und Inhalt. Ein neues multidimensionales Messmodell der Religiosität, Opladen 2003.
- James, William: Die Vielfalt religiöser Erfahrung. Eine Studie über die menschliche Natur. Frankfurt 1997.
- Joest, Wilfried: Dogmatik, Bd. 1, Die Wirklichkeit Gottes, Göttingen ³1989.
- Joest, Wilfried: Dogmatik, Bd. 2, Der Weg Gottes mit dem Menschen, Göttingen ³1993.
- Kamlah, E.: Geist. in: Coenen, Lothar u.a.: ThBLNT⁵ (1990), 479-489.
- Klein, Constantin u.a.: Gesundheit-Religion-Spiritualität. Konzepte, Befunde, Erklärungsansätze, Weinheim und München 2001.

- Klein, Constantin/ Albani, Cornelia: Religiosität und psychische Gesundheit - Empirische Befunde und Erklärungen, in: Klein, Constantin u.a.: Gesundheit - Religion - Spiritualität. Konzepte, Befunde und Erklärungsansätze, Weinheim 2001, 215-246.
- Klein, Constantin/ Albani, Cornelia: Bedeutung von Religion für die psychische Befindlichkeit: Mögliche Erklärungsansätze und allgemeines Wirkmodell. Zeitschrift für Nachwuchswissenschaftler 3 (2011), 7-58.
- Klein, Constantin/ Lehr Dirk: Religiöses Coping, in: Klein, Constantin u.a.: Gesundheit - Religion - Spiritualität. Konzepte, Befunde, Erklärungsansätze, München 2011, 333-359.
- Klessmann, Michael: Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens. Ein Lehrbuch, Neukirchen ³2010.
- Kollmann, Roland: Religion als Risiko. Entwicklungsfördernde und entwicklungshemmende Aspekte von Religion, in: Dormeyer, Detlev u.a.: Lebenswege und Religion. Biographie in Bibel, Dogmatik und Religionspädagogik, Bd.1, Münster 2000, 23-55.
- Koslowski, Peter: Prinzipien der ethischen Ökonomie. Grundlegung der Wirtschaftsethik und der auf die Ökonomie bezogenen Ethik, Tübingen 1988.
- Lintner, Martin M.: Eine Ethik des Schenkens. Von einer anthropologischen zu einer theologisch-ethischen Deutung der Gabe und ihrer Aporien, Berlin u.a. 2006.
- Loos, Wolfgang: Partner in dünner Luft, in: Manager Magazin 8 (1986), 136-140.
- Locke, F./ Latham G.: Goalsetting: A motivational technique that works. New York, 1984
- Lippmann, Eric: Coaching, Angewandte Psychologie für die Beratungspraxis, Heidelberg ² 2009.
- Lukas, Elisabeth S.: Zur Validierung der Logotherapie, in: Frankl E., Viktor: Der Wille zum Sinn, Bern ⁵2005, 225-253.
- Loeschen, Sharon/ Strehl, Gundolf: Der Satir-Prozess. Praktische Fertigkeiten für Therapeuten, Paderborn 2008.
- Martin, Ariane: Sehnsucht - der Anfang von allem. Dimensionen zeitgenössischer Spiritualität, Ostfildern 2005.

- Mehner Anja/ Höcker, Anja: Religion und körperliche Gesundheit - empirische Befunde und Erklärungsansätze, in: Klein, Constantin u.a.: Gesundheit - Religion - Spiritualität. Konzepte, Befunde und Erklärungsansätze, Weinheim 2001, 247-257.
- Migge, Björn: Handbuch Business-Coaching. Weinheim und Basel 2011.
- Migge, Björn: Spiritualität im Coaching. in: Schmidt-Lellek, Christoph & Buer, Ferdinand: Life-Coaching in der Praxis. Wie Coaches umfassend arbeiten, Göttingen 2011, 199-214.
- Möde, Erwin: Christliche Spiritualität und Mystik. Eine systematische Hinführung, Regensburg 2009.
- Nauer, Doris: Seelsorge. Sorge um die Seele, Stuttgart 2007.
- Neuer, W.: Gut, das Gute, systematisch-theologisch, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 2 (1993), 834-835.
- N.N.: Ethik des Deutschen Fachverbandes Coaching, in: <http://www.wiwl.de/infos/dfc-auf.pdf> [17.04.2014]
- N.N.: Ethikcodex des Deutschen Bundesverband Coaching e.V, in: <http://www.wiwl.de/infos/dfc-auf.pdf> [17.04.2014]
- N.N.: Gesundheit in Deutschland, in: www.gbe-bund.de/gbe10/owards.prc_show_pdf?p_id=9965&p_sprache=d&p_uid=gast&p_aid=66797974&p_lfd_nr=1 [26.04.2014]
- N.N.: Iga.Fakten 1. Psychische Gesundheit im Erwerbswesen, in: http://www.iga-info.de/fileadmin/Veroeffentlichungen/iga-Fakten_Praeventionsempfehlungen/iga-Fakten_1_Neuauflage_Psychische_Gesundheit.pdf [24.04.2014]
- N.N.: Iga.Fakten 6. Präsentismus: Verlust von Gesundheit und Produktivität, in: http://www.iga-info.de/fileadmin/Veroeffentlichungen/iga-Fakten_Praeventionsempfehlungen/iga-Fakten_6_Praesentismus_2.pdf [24.04.2014]
- N.N.: Werte und Ethik des International Coach Federation Deutschland e.V., in: http://www.coachfederation.de/files/brosch__ren_icf_werte_und_ethik_2013_05_25.pdf [17.04.2014]
- Offermanns, Martina/ Steinhübel Andreas: Coachingwissen für Personalverantwortliche, Frankfurt am Main 2006.

- Palmer, S./ Whybrow, A. (Hg.): The Handbook of Coaching Psychology. A Guide for Practitioners, London 2007.
- Pannenberg, Wolfgang: Anthropologie in theologischer Perspektive, Göttingen 2001.
- Pargament, Kenneth I.: Spirituality integrated psychotherapy. Understanding and Addressing the Sacred, New York u.a. 2007.
- Plattig, Michael/ Stolina Ralf: Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen. Spiritualität zu Beginn des dritten Jahrtausends, Ostfildern 2008.
- Pollack, Detlef: Säkularisierung - ein moderner Mythos? Tübingen 2003.
- Rauen, Christopher: Coaching, Göttingen u.a. ³2003.
- Rauen, Christopher: Handbuch Coaching, Göttingen u.a. ³2005.
- Richard, Matthias/ Freund, Henning: Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie, in: Psychotherapeutenjournal 3 (2012), 202-210.
- Richards, P. Scott/ Bergin Allen E.: A spiritual strategy for counseling and psychotherapy, Washington, DC ²2005.
- Roth, Michael: Christliche Frömmigkeit als ästhetische Frömmigkeit, in: Roth, Michael/ Horstmann, Kai (Hg.): Glauben - Lieben - Hoffen. Theologische Einsichten und Aufgaben, Münster 2001, 194-224.
- Römelt, J.: Menschenwürde und Freiheit. Rechtsethik und Theologie des Rechts jenseits von Naturrecht und Positivismus, Freiburg 2006.
- Ruhland, Renate: Spirituelle Bildungsarbeit - Reflexionen zur Lehr- und Lernbarkeit von Spiritualität, in: Büsing, Arnd/ Kohls, Niko (Hg.): Spiritualität transdisziplinär. Wissenschaftliche Grundlagen im Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheit, Berlin u.a. 2011, 197-213.
- Schlippe, Arist von; Schweitzer, Jochen: Lehrbuch der systematischen Therapie und Beratung, Göttingen ⁷2010.
- Schmidbauer, Wolfgang: Psychologie. Lexikon der Grundbegriffe, Hamburg 1991.
- Schmidt-Lellek, Christoph/ Schreyögg, Astrid (Hg.): Philosophie, Ethik und Ideologie in Coaching und Supervision, Wiesbaden 2011.
- Schreyögg, Astrid: Überlegungen zur Ethik im Coaching, in: Schmidt-Lellek, Christoph/ Schreyögg, Astrid (Hg.): Philosophie, Ethik und Ideologie in Coaching und Supervision, Wiesbaden 2011, 121-135.

- Schreyögg, Astrid: Die Wissensstruktur von Coaching, in: Birgmeier, Bernd (Hg.): Coachingwissen, Wiesbaden ² 2011, 49-62.
- Satir, Virginia, u.a.: Das Satir-Modell. Familientherapie und ihre Erweiterung, Paderborn ²2000.
- Satir, Virginia: Familienbehandlung, Kommunikation und Beziehung in Theorie, Erleben und Therapie, Freiburg ²1977.
- Satir, Virginia: Kommunikation – Selbstwert – Kongruenz, Konzepte und Perspektiven familientherapeutischer Praxis, Paderborn 1990.
- Satir, Virginia; Baldwin, Michele: Familientherapie in Aktion, Die Konzepte von Virginia Satir in Theorie und Praxis, Paderborn ⁵1999.
- Schellenberger, Bernardin: Unterscheidung der Geister heute. Die christliche Spiritualität und die vielen Spiritualitäten, in: Plattig, Michael/ Stolina Ralf: Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen. Spiritualität zu Beginn des dritten Jahrtausends, Ostfildern 2008, 38-64.
- Seidl, H.: Gut, das Gute, historisch, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 2 (1993), 833-834.
- Steiner, Tamara: Der endliche Mensch konfrontiert mit dem Unendlichen. Spiritualität im Kontext de Logotherapie Viktor E. Frankls, in: Möde, Erwin (Hg.): Christliche Spiritualität und Mystik. Eine systematische Hinführung, Regensburg 2009.
- Stolina, Ralf: Niemand hat Gott je gesehen. Traktat über negative Theologie, Berlin 2000.
- Storch, Maja: Motto-Ziele, S.M.A.R.T.-Ziele und Motivation, in: Birgmeier, Bernd (Hg.): Coachingwissen, Wiesbaden ² 2011, 185-208.
- Stober, D.R./ Grant, A.M. (Hg): Evidence Based Coaching Handbook. Putting Best Practices to Work for Your Clients. New York 2006.
- Swarat, Uwe: Trinität, in: Burkhard, Helmut u.a.: Evangelisches Lexikon für Theologie und Gemeinde 3 (1994), 2034-2039.
- Theuretzbacher, Klaus/ Nemetschek, Peter: Coaching und Systemische Supervision mit Herz, Hand und Verstand. Handlungsorientiert arbeiten, Systeme aufbauen, Stuttgart 2009.

- Tix, A.P./ Frazier, P.A.: The use of religious coping during stressful life events: Main effects, moderation, and meditation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 66 (1998), 411-422.
- Ukowitz, Martina: Beratung und Ethik - Überlegungen zu einem Aufriss des Themas, in: Heintel, Peter u.a.: *Beratung und Ethik. Praxis, Modelle, Dimensionen*, Berlin 2006.
- Utsch, Michael: Management und Spiritualität. Streifzug durch einen boomenden Markt, in: *epd-Dokumentation* 44-45 (2008), 5-9.
- Utsch, Michael: Orientierung im Dschungel - fachliche Qualitätskriterien des Coachings, in: *Coaching Magazin* (1/2013), 44-46.
- Utsch, Michael: Spiritualität in der psychiatrisch-psychotherapeutischen Praxis: eine verloren gegangene oder eine wiedergefundene Dimension?, in: Armbruster, Jürgen u.a. (Hg): *Spiritualität und seelische Gesundheit*, Köln 2013, 27-47.
- Utsch, Michael: *Religiöse Fragen in der Psychotherapie. Psychologische Zugänge zur Religiosität und Spiritualität*, Stuttgart 2005.
- Wechsler Theresa: *Wirkfaktoren in Coachingtools unter der Lupe. Entwicklung und Anwendung eines Bewertungssystems*, Hamburg 2012.
- Wernhart, Karl R.: Ethnische Religionen, in Figl, Johann (Hg): *Handbuch Religionswissenschaft*, Innsbruck 2003, 260-287.
- Wernhart, Karl R.: „Religious Beliefs per se“, a human Universality, in: *Anthropos*, 81, Fribourg 1986, 648-652.
- Wetz, F.: *Illusion Menschenwürde. Aufstieg und Fall eines Grundwerts*, Stuttgart 2005, 27f.
- Whitmore, John: *Coaching für die Praxis*, Frankfurt u.a. ³1996.
- Wissemann, Mathis: *Wirksames Coaching. Eine Anleitung*, Bern 2006.
- Zimbaro, Philip G.: *Psychologie*, Berlin u.a. ⁵1992.
- Zimmerling, Peter: *Evangelische Spiritualität. Wurzeln und Zugänge*, Göttingen 2010.
- Zimmerling, Peter: Integration der Spiritualität in das Studium der evangelischen Theologie, in: Kunz, Ralph/ Reichenbach, Claudia Kohli: *Spiritualität im Diskurs. Spiritualitätsforschung in theologischer Perspektive*, Zürich 2012.

Zillisch-Limmer, Simone: Systemische Therapie und praktische Theologie. Impulse aus der Beratungspraxis für eine grundlegende Verhältnisbestimmung, Münster 2012.

Zwingmann, Constantin u.a.: Messung von Religiosität/ Spiritualität im Rahmen der Gesundheitsforschung, in: Klein, Constantin u.a.: Gesundheit-Religion-Spiritualität. Konzepte, Befunden und Erklärungsansätze, Weinheim u.a. 2011.

Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe angefertigt habe. Sie enthält 184554 Zeichen inklusive Leerzeichen. Dabei wurden nur die angegebenen Hilfsmittel verwendet. Alle Stellen, die dem Wortlaut oder dem Sinn nach anderen Werken oder dem Internet entnommen sind, habe ich durch Angabe der Quellen kenntlich gemacht.

Treuchtlingen, den 27. Mai 2014

.....

Ralph Uhlig